



Kursprogramm ab 01.09.2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag	
		Outdoor 08.30 - 09.45 Nordic Walking Monika	Raum 2 09.00 - 10.00 Spinning** Herbert	Raum 1 09.00 - 09.45 WSG/Pilates Monika	Raum 1 09.00 - 10.00 Bodystyling Petra	
Raum 1 10.15 - 11.45 Yoga Albert/Annette		Raum 1 09.00 - 09.45 WSG/Pilates Herbert	Raum 1 10.30 - 11.30 Workout Monika	Raum 1 10.00 - 10.45 WSG/Pilates Monika	Raum 1 10.15 - 11.15 Pilates mit Yoga Marina	Raum 1 10.00 - 11.00 SundaySpecial
		Raum 1 10.00 - 10.45 WSG/Pilates Herbert				Raum 1 11.15 - 12.15 Dance Mix Mimi
Raum 1 18.00 - 19.00 Zumba Monica	Raum 2 17.30 - 18.30 Spinning* Sabine	Raum 1 18.00 - 19.00 Rücken&Stretch Marina	Raum 1 18.15 - 19.15 All in One Sylwia	Raum 1 18.00 - 19.15 Yoga Albert/Amelie	Raum 2 17.00 - 17.45 Jumping* Svenja	
Raum 3 18.45 - 19.30 Sling*	Raum 2 19.00 - 20.00 Spinning* Sabine	Raum 1 19.15 - 20.45 Yoga Karin	Raum 3 18.30 - 19.30 Full Body Workout		Raum 2 18.00 - 18.45 Jumping* Svenja	
		Raum 2 19.00 - 20.00 Jump Workout* Sylwia	Raum 2 18.15 - 19.15 Spinning* Susi	Raum 1 19.30 - 20.30 WSG Monika	Raum 2 19.30 - 20.30 Spinning* Peter	

* Spinning, Jumping und Sling: Anmeldung am gleichen Tag ab 08.00 Uhr ** Spinning: Anmeldung am Vortag ab 17.00 Uhr
 Online Anmeldung für Spinning und Jumping unter www.tsv-haar.de oder über Eversport App