

Kursplan

16.04.2018 - 22.04.2018

Fitnessclub SUNSHINE
 Bahnhofstr. 21
 98693 Ilmenau
 03677 462299
 sunshine.ilmenau@web.de



Montag 16.04.2018	Dienstag 17.04.2018	Mittwoch 18.04.2018	Donnerstag 19.04.2018	Freitag 20.04.2018	Samstag 21.04.2018	Sonntag 22.04.2018
09:30 - 10:30 Reha Aktiv	08:15 - 09:00 Reha	08:30 - 09:15 Reha Aktiv (HWS/Sch...	09:00 - 10:00 Reha Aktiv	09:15 - 10:00 Reha		
10:30 - 11:15 Reha Aktiv (HWS/Sch...	09:00 - 10:00 Reha Aktiv (Power)	09:15 - 10:15 Reha Aktiv	10:00 - 10:45 Reha Aktiv (Hüfte/K...	10:00 - 11:00 Reha Aktiv		
11:30 - 12:15 Reha	10:00 - 11:00 eGym Zirkel	10:00 - 10:45 Reha Wassergymnasti...	11:00 - 12:00 Zumba	11:00 - 12:00 eGym Zirkel		
13:30 - 14:15 Reha	10:30 - 11:30 Pilates	10:30 - 11:30 Yoga	16:30 - 17:15 Reha Herzsport	16:00 - 16:45 Reha		
16:00 - 17:00 Cardio Fit	15:30 - 16:30 Reha Aktiv (Beckenb...	14:30 - 15:15 Reha	17:30 - 18:30 eGym Zirkel	16:45 - 17:30 Body Workout		
17:00 - 18:00 Rückenfit	16:30 - 17:30 Yoga	16:45 - 17:45 Pilates	17:30 - 18:30 Jumping Fitness	17:30 - 18:00 Entspannung		
17:30 - 18:30 eGym Zirkel	17:30 - 18:15 Reha Aktiv (Hüfte/K...	17:45 - 18:30 Body Workout	18:30 - 19:15 Body Workout	18:00 - 19:00 Indoor Cycling		
18:00 - 19:00 Pound Rockout	18:15 - 19:00 Line Dance	18:30 - 19:30 eGym Zirkel	19:00 - 20:00 Indoor Cycling	18:00 - 19:00 Jumping Fitness		
18:30 - 19:30 Indoor Cycling	18:30 - 19:30 Indoor Cycling	18:30 - 19:30 Jumping Fitness	19:15 - 20:15 Piloxing	19:00 - 20:00 Zumba		
19:00 - 20:00 Jumping Fitness	19:00 - 20:00 Jumping Fitness	19:30 - 20:30 Rückenfit	20:15 - 21:00 Reha			
19:00 - 20:00 Crosstraining	19:00 - 20:00 Crosstraining	20:30 - 21:30 Zumba				

- FIVE Mobilität /...
- Körper & Entspan...
- Figurstraffung /...
- Reha-Sport / Gym...
- Herz-Kreislauf-T...
- Rücken & Gesundh...
- Jumping

Stand: 20.04.2018








Kursplan

16.04.2018 - 22.04.2018

Fitnessclub SUNSHINE
Bahnhofstr. 21
98693 Ilmenau
03677 462299
sunshine.ilmenau@web.de



Montag 16.04.2018	Dienstag 17.04.2018	Mittwoch 18.04.2018	Donnerstag 19.04.2018	Freitag 20.04.2018	Samstag 21.04.2018	Sonntag 22.04.2018
<div data-bbox="114 373 369 451">20:00 - 21:00 Zumba</div>	<div data-bbox="398 373 658 451">20:00 - 21:00 Rückenfit</div>					

-  FIVE Mobilität /...
-  Figurstraffung /...
-  Herz-Kreislauf-T...
-  Jumping
-  Körper & Entspan...
-  Reha-Sport / Gym...
-  Rücken & Gesundh...

Stand: 20.04.2018