

Kursplan

16.07.2018 - 22.07.2018

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



Montag 16.07.2018	Dienstag 17.07.2018	Mittwoch 18.07.2018	Donnerstag 19.07.2018	Freitag 20.07.2018	Samstag 21.07.2018	Sonntag 22.07.2018
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		
10:00 - 10:30 Challenger Workout	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		
10:30 - 11:15 Reha Aktiv (HWS/Sch...	09:30 - 10:00 Challenger Workout	10:30 - 11:30 Yoga	10:00 - 10:30 Challenger Workout	10:00 - 10:30 Challenger Workout		
11:30 - 12:15 Reha	10:00 - 11:00 eGym Zirkel	13:30 - 14:30 Parkinson	11:00 - 12:00 Zumba	11:00 - 12:00 eGym Zirkel		
13:30 - 14:15 Reha	10:30 - 11:30 Pilates	14:30 - 15:15 Reha	16:30 - 17:15 Reha Herzsport	15:30 - 16:00 Challenger Workout		
16:00 - 17:00 Cardio Fit	16:30 - 17:30 Yoga	16:45 - 17:45 Pilates	17:30 - 18:30 eGym Zirkel	16:00 - 16:45 Reha		
16:30 - 17:00 Challenger Workout	17:30 - 18:15 Reha Aktiv (Hüfte/K...	17:00 - 17:30 Challenger Workout	17:30 - 18:30 Jumping Fitness	16:45 - 17:30 Body Workout		
17:00 - 18:00 Rückenfit	17:30 - 18:00 Challenger Workout	17:45 - 18:30 Body Workout	17:30 - 18:00 Challenger Workout	17:30 - 18:00 Entspannung		
17:30 - 18:30 eGym Zirkel	18:15 - 19:00 Line Dance	18:30 - 19:30 eGym Zirkel	18:30 - 19:15 Body Workout	18:00 - 19:00 Indoor Cycling		
18:00 - 19:00 Pound Rockout	18:30 - 19:30 Indoor Cycling	18:30 - 19:30 Jumping Fitness	19:00 - 20:00 Indoor Cycling	18:00 - 19:00 Jumping Fitness		
18:30 - 19:30 Indoor Cycling	19:00 - 20:00 Jumping Fitness	19:30 - 20:30 Rückenfit	19:15 - 20:15 Piloxing	19:00 - 20:00 Zumba		

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

Stand: 22.07.2018

Kursplan

16.07.2018 - 22.07.2018

Montag 16.07.2018	Dienstag 17.07.2018	Mittwoch 18.07.2018	Donnerstag 19.07.2018	Freitag 20.07.2018	Samstag 21.07.2018	Sonntag 22.07.2018
<p>19:00 - 20:00 Jumping Fitness</p> <p>19:00 - 20:00 Crosstraining</p> <p>20:00 - 21:00 Zumba</p> <p>20:00 - 20:30 Challenger Workout</p>	<p>19:00 - 20:00 Crosstraining</p> <p>19:30 - 20:00 Challenger Workout</p> <p>20:00 - 21:00 Rückenfit</p>	<p>20:30 - 21:30 Zumba</p> <p>20:30 - 21:00 Challenger Workout</p>	<p>20:00 - 20:30 Challenger Workout</p> <p>20:15 - 21:00 Reha</p>			

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

Stand: 22.07.2018