

Kursplan | Rückgrat Freiburg Stühlinger GmbH

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00-12:00 Kinderbetreuung - Raum 2 - Team	09:00-12:00 Kinderbetreuung - Raum 2 - Team	09:00-12:00 Kinderbetreuung - Raum 2 - Team	09:00-12:00 Kinderbetreuung - Raum 2 - Team	09:00-12:00 Kinderbetreuung - Raum 2 - Team		
09:30-10:30 WS-Gymnastik - Raum 1 - Anett	09:30-10:30 BODY PUMP - Raum 1 - Sebastian	09:30-10:30 WS & Relax - Raum 1 - Stefan	09:30-10:30 Pilates I+II - Raum 1 - Claudia Beck	09:30-10:30 WS & Relax - Raum 1 - Sabine G.		
10:30-11:45 Vinyasa Yoga - Raum 1 - Anett						10:00-13:00 Kinderbetreuung - Raum 2 - Team
						10:30-11:30 Cardio - Raum 1 - Julia oder- Catharina
						11:30-12:30 BOP - Raum 1 - Julia oder- Catharina
					16:00-17:00 BOP - Raum 1 - Team	16:30-18:00 Special (3.So i.M.) - Raum 1 - siehe Aushang
17:30-19:00 RG-Yoga - Raum 2 - Susanne L.		17:30-18:30 WS-Gymnastik - Raum 2 - Birgit	17:30-18:30 Zumba - Raum 1 - Claudia W.	17:45-18:45 Indoor Cycling - Raum 2 - Fabian		17:30-19:00 Ashtanga Yoga Mysore - Raum 2 - Team
18:00-19:00 BODY PUMP - Raum 1 - Madlen	18:00-19:00 Zumba - Raum 1 - Cris	18:00-19:00 Kurs aktuell - Raum 1 - Team	18:30-19:30 BOP - Raum 1 - Sabine A.	18:30-19:30 STEP II - Raum 1 - Evija		
	18:00-19:00 WS & Relax - Raum 2 - Carmen B.	18:30-19:30 Indoor Cycling - Raum 2 - Eva	18:30-20:00 Ashtanga Yoga II - Raum 2 - Anett			
19:00-20:00 STEP I+II - Raum 1 - Friederike	19:00-20:00 Box Fitness - Raum 1 - Ahmad	19:00-20:00 BODY PUMP - Raum 1 - Caro	19:30-20:30 BODY PUMP - Raum 1 - Michael L.	19:00-20:00 Pilates I+II - Raum 2 - Michael K.		
19:00-20:00 Indoor Cycling - Raum 2 - Eva	19:00-20:00 Pilates I+II - Raum 2 - Anett			19:30-20:30 BODY PUMP - Raum 1 - Christina R.W.		
20:00-21:00 BOP - Raum 1 - Friederike	20:00-21:00 BOP - Raum 1 - Ahmad	20:15-21:15 Pilates I+II - Raum 1 - Sabrina	20:00-21:00 WS & Relax - Raum 2 - Sebastian			
20:15-21:15 WS & Relax - Raum 2 - Stefan	20:00-21:30 Vinyasa Yoga - Raum 2 - Anett					