

KURSPLAN STAND 09.2017

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

BAUCH BEINE PO
KURSRAUM 2
10:00 - 11:00

BODYWORKOUT
KURSRAUM 2
10:00 - 11:00

ZUMBA
KURSRAUM 2
10:30 - 11:30

BODYWORKOUT
KURSRAUM 2
10:00 - 11:00

WIRBELSÄULENGYMNASTIK
KURSRAUM 2
10:00 - 11:00

BODYSTYLING
KURSRAUM 2
10:30 - 11:30

PILATES
KURSRAUM 2
11:00 - 12:00

STRETCHING
KURSRAUM 2
11:00 - 11:30

BLACK ROLL
KURSRAUM 2
11:30 - 12:30

STRETCHING
KURSRAUM 2
11:00 - 11:30

YOGA
KURSRAUM 2
11:00 - 12:00

ZUMBA
KURSRAUM 2
11:45 - 12:45

ZUMBA
KURSRAUM 2
17:00 - 18:00

**SCHON BALD
VERFÜGBAR**

LIFT
KURSRAUM 2
18:00 - 19:00

BAUCH BEINE PO
KURSRAUM 2
18:00 - 19:00

ZUMBA
KURSRAUM 2
18:00 - 19:00

TRX
KURSRAUM 2
18:00 - 18:30

ZUMBA
KURSRAUM 2
19:00 - 20:00

BOXEN
FIGHTCLUB
18:00 - 19:30

ZUMBA
KURSRAUM 2
19:00 - 20:00

ZIRKELTRAINING
KURSRAUM 2
19:00 - 20:00

TRX-ABS
KURSRAUM 2
18:30 - 19:00

BAUCH BEINE PO
KURSRAUM 2
20:00 - 21:00

ZIRKELFIT
KURSRAUM 2
19:00 - 20:00

**SCHON BALD
VERFÜGBAR**

BLACK ROLL
KURSRAUM 2
20:00 - 20:30

BOXEN
FIGHTCLUB
18:00 - 19:30

FIT&FUNKY
KURSRAUM 2
20:00 - 21:00

FIT&FUNKY
KURSRAUM 2
19:00 - 20:00

CYCLING
KURSRAUM 1
19:00 - 20:00

CYCLING
KURSRAUM 1
19:00 - 20:00

KINDERBETREUUNG 

LADIES ONLY 

KRAFT 

AUSDAUER 

ERHOLUNG 

ÖFFNUNGSZEITEN

MO. - FR.: 07:00 - 00:00

SA. - SO.: 08:00 - 22:00

KINDERBETREUUNG

MO., MI., FR.: 09:00 - 12:30

MO. - FR.: 16:30 - 20:00

SA.: 10:00 - 13:30

WERNER-HILPERT-STRASSE 10-14 34117 KASSEL

 FACEBOOK.COM/SHEANDHEFITNESS

WWW.SHEANDHE-FITNESS.DE