

Kursplan

15.07.2019 - 21.07.2019

TopFit Sportstudio
 Dithmarscher Platz 5
 25524 Itzehoe
 04821 779952
 info@topfit-itzehoe.de



Montag 15.07.2019	Dienstag 16.07.2019	Mittwoch 17.07.2019	Donnerstag 18.07.2019	Freitag 19.07.2019	Samstag 20.07.2019	Sonntag 21.07.2019
09:30 - 10:30 Fit in den Tag	09:30 - 10:15 Rehagymnastik*	09:30 - 10:30 In Balance	09:30 - 10:30 Gesunder Rücken	09:30 - 10:30 Fit in den Tag		
10:30 - 11:30 five Gym	10:30 - 11:15 Rehagymnastik*	10:30 - 11:15 Rehagymnastik*	10:30 - 11:15 Rehagymnastik*	10:30 - 11:30 Pilates meets Five		
16:00 - 16:45 Rehagymnastik*	16:30 - 17:15 Rehagymnastik*	17:00 - 17:45 Rehagymnastik*	17:00 - 17:45 Rehagymnastik*	19:00 - 20:00 Fit & Spaß		
17:00 - 17:45 Rehagymnastik*	17:30 - 18:15 Rehagymnastik*	18:00 - 19:00 Step	18:00 - 18:45 Rehagymnastik*			
18:00 - 19:00 Fit in die Woche	18:30 - 19:30 Gesunder Rücken	19:00 - 20:00 five Gym	19:00 - 19:45 Rehagymnastik*			
19:00 - 20:00 Bauch-Beine-Po	19:30 - 20:30 Pilates & Co					

■ Fitness
 ■ Rehagymnastik*
 ■ Rücken

Stand: 19.07.2019