

Kursplan

31.03.2025 - 06.04.2025

Fit-Inn
Am Sportzentrum 0
66606 St. Wendel
06851 5150
fitinn@t-online.de



| Montag 31.03.2025 | Dienstag 01.04.2025 | Mittwoch 02.04.2025 | Donnerstag 03.04.2025 | Freitag 04.04.2025 | Samstag 05.04.2025 | Sonntag 06.04.2025 |
|---|---|-----------------------------|---|---|--------------------|--------------------|
| 09:00 - 09:45 RückenFit | 09:00 - 09:45 RückenFit | 09:00 - 09:45 RückenFit | 09:00 - 09:45 RückenFit | 09:00 - 09:45 RückenFit | | |
| 10:00 - 10:45 RückenFit | 10:00 - 10:45 RückenYoga | 16:00 - 16:45 RückenFit | 10:00 - 10:45 RückenFit mit Rhyth... | 10:00 - 10:45 RückenFit | | |
| 16:00 - 16:45 RückenFit | 16:45 - 17:30 RückenFit | 17:30 - 18:15 RückenFit | 17:00 - 17:45 Indoor Cycling | 17:30 - 18:15 RückenFit Hula-Hoop... | | |
| 17:00 - 17:45 RückenYoga | 17:45 - 18:30 Yoga | 18:30 - 19:15 RückenYoga | 17:45 - 18:30 RückenFit | 18:30 - 19:30 Hybrid-Fitness-Hyro... | | |
| 18:00 - 19:00 Indoor Cycling | 18:45 - 19:30 Langhantel-TRX-Work... | | 18:45 - 19:30 Yoga Body | | | |
| 18:00 - 18:45 RückenFit mit Rhyth... | | | | | | |
| 19:00 - 19:45 RückenFit Booty-Gym... | | | | | | |

- Ausdauer
- Faszienyogastik...
- Figur
- Gesundheit
- Kraft

Stand: 04.04.2025