KURSPROGRAMM

SPORTPLATZ KORNTAL-MÜNCHINGEN E.V.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
vor 9 Uhr					**RückenFitGoodMorning** 8:00-9:00 Uhr Bettina	
9 - 10 Uhr				**Yoga auf dem Stuhl 1** 9:00-10:00 Uhr Petra		
10 - 11 Uhr				**Yoga auf dem Stuhl 2** 10:15-11:15 Uhr Petra		**CardioFit / NordicWalking** 10:00-11:15 Uhr Bettina, Bernd, Moni
11 - 12 Uhr		**RehaFit 1** 11:00-12:15 Uhr Bettina				
...		**RehaFit 2** 11:55-12:40 Uhr Bettina				
14 - 15 Uhr					**RehaFit 5** 13:30-14:40 Uhr Bettina	
15 - 16 Uhr	**Kindertanz 1** 15:30-16:15 Uhr Katja **FamilyFit** 15:35-16:35 Uhr Corinna		**Kinderyoga** 15:30-16:30 Uhr Katja	**RehaFit 3** 15:45-16:30 Uhr Bettina	**RehaFit 6** 14:45-15:55 Uhr Bettina	
16 - 17 Uhr	**Kindertanz 2** 16:30-17:30 Uhr Katja **PurzelFit** 16:40-17:30 Uhr Antonia			**RehaFit 4** 16:40-17:25 Uhr Bettina **Baby in Bewegung** 16:15-17:00 Uhr Corinna		
17 - 18 Uhr		**Step meets Bodyworkout** 17:45-18:45 Uhr Nicole		**RückenFit AfterWork** 17:35-18:30 Uhr Bettina		
18 - 19 Uhr	**HappyHoop** 17:40-18:30 Uhr Steffi **StepChoreo** 18:30-19:30 Uhr Maren	**HathaYoga Kurs 1** 19:00-20:00 Uhr Petra	**HathaYoga 2** 18:30-19:30 Uhr Petra	**Funktionelles Yoga** 18:30-19:30 Uhr Maren	**Zirkeltraining** 18:15-19:15 Uhr Maren	
19 - 20 Uhr	**Pilates** 18:40-19:30 Uhr Steffi			**RückenFit Lebenslang** 19:10-20:10 Uhr Bettina		
20 - 21 Uhr	**4xF** 19:45-20:45 Uhr Micha		**Zumba** 19:40-20:40 Uhr Charlina	**JumpingFit** 19:45-20:45 Uhr Maren **RückenFit LateEvening** 20:15-21:15 Uhr Bettina		

GENERATIONEN BEWEGEN