


Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
		09.30-10.30 Uhr Spinning ❤️				10.00-11.00 Uhr Zumba ❤️	
	10.00-11.00 Uhr Rücken & Figur 🧘	10.40-11.40 Uhr WSG 🧘		10.00-11.00 Uhr Pilates ☯️	11.30-12.30 Uhr FitBo 🧘	11.15-12.15 Uhr Spinning ❤️	
	Die Anmeldung ist 24 Stunden vor Kursbeginn über die MySports-App oder telefonisch möglich.				12.30-13.30 Uhr Bodystyling ☯️	12.30-13.30 Uhr WSG 🧘	
17.00-18.00 Uhr WSG 🧘			17.00-18.00 Uhr Faszien & Stretch ☯️	16.15-17.15 Uhr Spinning ❤️			
18.00-19.00 Uhr Bodystyling 🧘		18.00-19.00 Uhr Spinning ❤️	18.00-19.00 Uhr Power Workout 🧘	17.30-18.30 Uhr Hot Iron 🧘	<p>Öffnungszeiten Mo., Mi. + Fr.: 08.00-22.00 Uhr Di. + Do. : 09.00-22.00 Uhr Sa.: 10.00-18.00 Uhr So.: 09.30-18.00 Uhr</p>  <p>Leibnizstr. 52, 30853 Langenhagen</p> <p>Tel.: 0511 7633232</p>		
18.00-19.00 Uhr Pilates ☯️	19.00-20.00 Uhr Zumba ❤️	18.00-19.00 Uhr TABATA ❤️	19.00-20.00 Uhr Fatburner ❤️	18.30-19.30 Uhr Power Yoga ☯️			
19.00-20.00 Uhr Spinning ❤️	18.30-19.30 Uhr Hatha Yoga ☯️	19.00-20.00 Uhr Bodystyling 🧘		19.30-20.30 Uhr Zumba ❤️			
19.00- 19.30 Uhr Bauch 🧘	19.30-20.30 Uhr Hatha Yoga ☯️	19.00-20.00 Uhr Full Body Workout 🧘					
	20.00-21.00 Uhr Hot Iron 🧘	20.00-21.00 Uhr Pilates ☯️	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #003366; margin-right: 5px;"></div> Kursraum groß </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="width: 15px; height: 15px; background-color: #6699cc; margin-right: 5px;"></div> Kursraum klein </div>				
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> 🧘 = Kraft ❤️ = Cardio ☯️ = Bodv & Mind </div>							