

Kursplan

16.07.2018 - 22.07.2018

Sportcenter Leuggern
Härdelestrasse 3
5316 Leuggern
056 269 10 41
info@scl.li



Montag 16.07.2018	Dienstag 17.07.2018	Mittwoch 18.07.2018	Donnerstag 19.07.2018	Freitag 20.07.2018	Samstag 21.07.2018	Sonntag 22.07.2018
08:30 - 09:30 Pilates	08:30 - 09:30 Qi Gong	08:30 - 09:30 Body Pump™	09:00 - 10:00 Dance	08:30 - 09:30 Yoga	10:00 - 11:00 Six Packs	09:00 - 10:00 Dance Mix
09:30 - 10:30 B.O.P.	09:30 - 11:00 Basic Spinning	09:45 - 10:45 Rückenschule	10:00 - 11:00 Body Art	18:00 - 18:30 Einführung Body Pum...		10:15 - 11:15 Body Pump™ & Stretc...
18:30 - 19:30 Flexi Bar®	17:30 - 18:30 Zumba® Gold	18:30 - 19:30 Functional Training...	18:45 - 19:45 Spinning	18:30 - 19:30 Body Pump™ & Bike		
19:30 - 20:30 Rückenschule	18:30 - 19:30 Zumba®	19:45 - 20:45 Yoga	20:00 - 21:00 Body Pump™ & Stretc...			
	19:45 - 20:45 Body Pump™ & Stretc...					

Kraft & Ausdauer...
 Körper & Geist
 Rücken & Bewegli...
 Tanz & Spass

Stand: 20.07.2018