KURSPROGRAMM Fitness-Studio im Sportpark Rheinbach

Zeit	Montag	Zeit	Dienstag	Zeit	Mittwoch	Zeit	Donnerstag	Zeit	Freitag	Zeit	Samstag
		09:15	**Body Workout**			09:15	**Pilates**	09:15	**Rückenfit***		
										Zeit	**Sonntag**
										11:00 bis 12:00	**SURPRISE**
18:00	**Body Workout**	18:00	**Pilates**			18:15	**Dance Aerobic**	18:15	**Rücken Fitness**		
18:45	**Tae-bo**	18:45	**Fatburner**	18:30	**Rückenfit**	19:15	**Step/ BOP**				
		19:15	**BOP**	19.30	**Bauch**						

Stand: 10/2010