

Kursplan

10.12.2018 - 16.12.2018

INJOY Crimmitschau
 Carl-Spengler-Str. 1
 08451 Crimmitschau
 03762 766566
 info@injoy-crimmitschau.de



Montag 10.12.2018	Dienstag 11.12.2018	Mittwoch 12.12.2018	Donnerstag 13.12.2018	Freitag 14.12.2018	Samstag 15.12.2018	Sonntag 16.12.2018
10:00 - 10:45 Reha Plus	07:45 - 08:30 Rücken Aktiv Kerstin Fischer	17:30 - 18:15 Reha Plus	07:45 - 08:30 Rücken Aktiv Kerstin Fischer	08:15 - 09:00 Bauch Beine Po		
17:30 - 18:25 Zumba Justin Riese	08:40 - 09:25 Rücken Aktiv Kerstin Fischer	17:30 - 18:25 Pilates Laura Weller	08:40 - 09:25 Rücken Aktiv Kerstin Fischer	09:00 - 09:45 Reha Plus		
18:00 - 18:45 Reha Plus Sven Brylla	09:35 - 10:20 Rücken Aktiv	19:00 - 19:55 Hot Iron 1 Duc Anh Huynh	09:35 - 10:20 Rücken Aktiv Kerstin Fischer	18:00 - 18:45 Reha Plus		
18:30 - 18:55 Bauch	10:30 - 11:25 Zumba	20:00 - 20:55 Zumba Nancy Leutzsch	10:30 - 11:15 Reha Basis	18:00 - 18:55 Bauch Beine Po		
19:00 - 20:00 Fitmix Sven Brylla	10:30 - 10:55 Bauch		17:00 - 18:30 Yoga Lutz Wagner	19:00 - 19:55 Spinning Jürgen Pflügel		
	17:00 - 17:55 Bauch Beine Po		18:30 - 19:30 Pump Sven Brylla	19:00 - 19:55 Rückenfit		
	18:15 - 19:00 Rücken Aktiv Sven Brylla		18:30 - 19:25 Zumba Justin Riese			
	18:15 - 19:00 Rücken Aktiv Paul, Pretzsch					
	19:15 - 20:00 Functional Fit Sven Brylla					

- Auf Ärztliche Ve...
- Entspannung | Be...
- Fettverbrennung ...
- Gesundheitstrain...
- Herz-Kreislauf |...
- Muskeltraining |...
- Rücken & Wirbels...

Stand: 12.12.2018