


Aerobic & Fitness

KURSPLAN



#Wirfüreuch!

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Vormittag	09:00 - 10:00 Bodystyling	09:00 - 10:00 fit for fun	09:00 - 10:00 fit for fun	09:00 - 10:00 Bodystyling	
	10:00 - 11:00 Rückenfit		10:00 - 11:00 Fitness- Gymnastik 60+		
Nach- mittag	15:00 - 16:00 Beckenboden- training BBP				
		18:30 - 19:30 Rückenfit	18:00 - 19:00 Step Aerobic	18:30 - 19:30 Bodyshape/ Fatburner	18:00 - 19:00 Jumping^{bellicon}**
Abend	19:00 - 20:00 fit for fun	19:30 - 20:30 Jumping^{bellicon}**	19:00 - 20:00 Bodystyling		
		19:30 - 20:30 Bodyshape* Gymnastikhalle (SMH)!	20:10 - 21:10  ZUMBA		

Alle Kurse im **TG Sportpark** - außer*
** 10er-Karte, auch für Nicht-Mitglieder

Hermann-Reinholz-Str. 1 | 54329 Konz
Viele weitere Angebote/Kurse auf tgkonz.de oder in der **app**