

Kursplan

Gym 37 Coppenbrügge

Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
09:30 Uhr REHA//WSG	09:30 Uhr REHA//WSG	10:10 Uhr LES MILLS BODYPUMP 30'	09:30 Uhr REHA//WSG	09:30 Uhr REHA//WSG	10:15 Uhr LES MILLS BODYPUMP 45'
10:30 Uhr REHA//WSG		10:50 Uhr LES MILLS BODYATTACK	10:30 Uhr REHA//WSG	10:30 Uhr REHA//WSG	11:15 Uhr LES MILLS BODYBALANCE
18:00 Uhr LES MILLS CORE	16:30 Uhr REHA//WSG	18:00 Uhr LES MILLS sprint	17:00 Uhr REHA//WSG	16:30 Uhr REHA//WSG	
18:40 Uhr LES MILLS BODYPUMP 30'	18:00 Uhr LES MILLS BODYATTACK	18:00 Uhr BODY SHAPE	18:00 Uhr LES MILLS BODYCOMBAT 45'	17:20 Uhr LES MILLS CORE	
18:40 Uhr LES MILLS sprint	18:40 Uhr LES MILLS CORE	18:40 Uhr LES MILLS GRIT SERIES	18:20 Uhr LES MILLS GRIT SERIES	18:00 Uhr LES MILLS sprint	
19:20 Uhr LES MILLS BODYCOMBAT 45'	19:20 Uhr LES MILLS BODYPUMP	18:45 Uhr LES MILLS BODYBALANCE	19:00 Uhr LES MILLS BODYPUMP 45'	18:45 Uhr Aroha®	
19:20 Uhr LES MILLS GRIT SERIES					
20:15 Uhr YOGA					