

# Kursplan

24.02.2020 - 01.03.2020

Sportzentrum Olympia Fitness  
Am Sportzentrum 2  
01587 Riesa  
03525 - 65 90 101  
info@riesa-fitness.de



Montag 24.02.2020	Dienstag 25.02.2020	Mittwoch 26.02.2020	Donnerstag 27.02.2020	Freitag 28.02.2020	Samstag 29.02.2020	Sonntag 01.03.2020
08:15 - 08:45 BALLance Cori	08:15 - 08:55 Gesunde Gelenke Gilda	08:30 - 08:55 BALLance Cori	08:15 - 09:00 Rücken	09:00 - 09:55 Fit Mix Jana		10:15 - 11:00 Rücken Cori/Antje/Johann im Wechsel
09:00 - 09:45 Seniorenfit Cori	09:00 - 09:50 Pilates Antje	09:00 - 09:50 Zumba Cori	08:15 - 09:15 LNB Motion Antje	10:00 - 10:45 Reha Jana		11:00 - 11:30 BALLance Cori
10:00 - 10:55 Yoga Gilda	10:00 - 10:45 Reha Antje	10:00 - 10:50 Zumba Gold Cori	09:15 - 10:00 Rücken Cori	10:50 - 11:35 Reha Jana		
17:00 - 17:45 Rücken Cori	17:30 - 17:55 BALLance Cori	17:00 - 17:25 Bauch Christiane	09:15 - 10:15 Spinning	11:40 - 12:15 Reha Jana		
18:00 - 18:45 Zumba Toning Cori	18:00 - 18:55 LH-Power Falk	17:15 - 18:00 Rücken (Krankenkass... Tiffany	10:00 - 10:45 Reha Antje	17:30 - 18:15 Rücken Aline		
18:00 - 18:45 Reha Antje	18:00 - 19:00 Spinning Jörg	17:30 - 18:15 Aroha Christiane	15:50 - 16:40 Reha Jana	18:30 - 19:25 Zumba		
19:00 - 19:55 Zumba Cori	19:00 - 19:50 Strong by Zumba Cori	18:15 - 19:00 Rücken Tiffany	16:40 - 17:25 Reha Jana	19:30 - 20:25 Bodyworks Antje		
19:00 - 19:45 Pilates/Faszien Antje	19:15 - 20:15 Spinning Frank	18:30 - 19:15 DeepWork Antje	17:30 - 17:55 HIIT-Training Adela	19:30 - 20:30 Spinning		
20:00 - 20:55 Muscle Power Christoph	20:00 - 20:55 Yoga Antje	19:00 - 19:55 Hatha Yoga Gilda	18:00 - 19:00 Spinning Jana			
20:00 - 21:00 Spinning		19:30 - 20:30 LNB Motion Antje	18:00 - 18:45 BodyFit Adela			
			19:00 - 19:45 Reha Jana			

Abnehmen  
Rücken

Anti-Stress

Ausdauer

Figur

Stand: 24.02.2020



# Kursplan

24.02.2020 - 01.03.2020


Sportzentrum Olympia Fitness  
Am Sportzentrum 2  
01587 Riesa  
03525 - 65 90 101  
info@riesa-fitness.de



Montag 24.02.2020	Dienstag 25.02.2020	Mittwoch 26.02.2020	Donnerstag 27.02.2020	Freitag 28.02.2020	Samstag 29.02.2020	Sonntag 01.03.2020
			20:00 - 20:55 Muscle Power Christoph			

 Abnehmen  
 Rücken

 Anti-Stress

 Ausdauer

 Figur

Stand: 24.02.2020