

# Kursplan

16.10.2017 - 22.10.2017

City Sports Mannheims GbR

Lange Strasse 74a  
59555 Lippstadt



02941720519

info@citysports-lippstadt.de

Montag 16.10.2017	Dienstag 17.10.2017	Mittwoch 18.10.2017	Donnerstag 19.10.2017	Freitag 20.10.2017	Samstag 21.10.2017	Sonntag 22.10.2017
09:15 - 10:00 Wirbelsäulengymnast...	09:00 - 09:45 Reha-Sport	09:15 - 10:00 Soft Bike	18:00 - 18:45 Pilates Plus	09:15 - 10:00 50+ Gymnastik		
10:00 - 10:45 Wirbelsäulengymnast...	10:00 - 10:45 Reha-Sport	10:00 - 10:45 Pilates	18:50 - 19:40 Spin Bike	10:05 - 11:00 Spin Bike Fettverbr...		
17:15 - 18:00 Reha-Sport/ Wirbels...	11:00 - 11:45 Reha-Sport	17:15 - 18:00 Reha-Sport/ Wirbels...		11:05 - 11:20 Bauch spezial		
18:00 - 18:45 Wirbelsäulengymnast...	17:30 - 18:15 Pilates Basic	18:00 - 19:00 Muscle Power		18:00 - 18:45 Reha-Sport/ Wirbels...		
18:45 - 19:35 Spin Bike	18:15 - 18:45 Bauch + Rücken	19:05 - 19:20 Bauch spezial				
	18:50 - 19:35 Deep Work					

■ Figur Kurse

■ Gesundheitskurse...

■ Slim Belly geeig...

Stand: 19.10.2017