

Kursplan

17.02.2020 - 23.02.2020

Ladybalance Leipzig
 Kohlgartenstraße 11
 04315 Leipzig
 0341/ 6865860
 info@ladybalance-leipzig.de



Montag 17.02.2020	Dienstag 18.02.2020	Mittwoch 19.02.2020	Donnerstag 20.02.2020	Freitag 21.02.2020	Samstag 22.02.2020	Sonntag 23.02.2020
09:00 - 10:00 Bauch Beine Po	09:30 - 10:00 Flexi-Bar®	09:30 - 10:30 bodyART®	10:00 - 11:00 Yoga	09:30 - 10:30 Indian Balance	10:30 - 11:30 TABATA	10:30 - 11:30 Zumba®
10:00 - 10:45 Bauch & Rücken	10:00 - 11:30 Yoga	10:30 - 11:00 Bauch & Rücken	11:00 - 11:30 Beckenboden	10:30 - 11:00 Bauch & Rücken	11:30 - 12:30 deepwork®	
17:00 - 17:30 MaxxF	17:30 - 18:15 Bauch Beine Po	11:00 - 11:30 Stretch & Relax	16:30 - 17:30 bodyART®	17:30 - 18:30 Zumba®		
17:30 - 18:00 Bauch & Rücken	18:15 - 19:00 Bauch & Rücken	17:00 - 18:00 Bauch Beine Po	17:30 - 18:00 Bauch & Rücken			
18:00 - 19:00 Langhantel	19:00 - 20:30 Yoga	18:00 - 19:00 Zumba®	18:00 - 18:30 TRX			
19:00 - 20:00 Zumba®		19:00 - 19:30 FunctionalFit	18:30 - 19:30 TABATA			
		19:30 - 20:30 Langhantel Tabata				

■ Ausdauer
 ■ Entspannung / Ge...
 ■ Figur
 ■ Kraft

Stand: 17.02.2020