





# Kursplan

Gültig ab 01.08.2018

Änderungen vorbehalten

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
Kursraum	 <b>SPINNING</b>	Kursraum	 <b>SPINNING</b>	Kursraum	 <b>SPINNING</b>	Kursraum	 <b>SPINNING</b>	Kursraum	 <b>SPINNING</b>	Kursraum	 <b>SPINNING</b>	Kursraum	 <b>SPINNING</b>
9.00 - 10.00 Fit to move								9.30 - 10.30 Morgenyoga				10.00 - 11.00 Yoga jeden 1. Sonntag im Monat	
10.00 - 11.00 Morgenyoga				10.00 - 11.00 Rückenfit						09.30 - 10.30 Yoga Frei ins Wochenende			
													
								17.30 - 18.30 Yoga absolute beginner					
		17.00 - 18.30 Yoga Basic		19.00 - 20.30 Yoga all together		17.00 - 18.00 Gesunder Rücken		17.30 - 18.30*  ZUMBA					
19.00 - 20.30 Yoga beginner/ basic				18.00 - 18.30 Schöner Bauch		18.00 - 19.00  Streetdance		17.30 - 18.30* <b>SALSA</b>					
				18.45 - 19.30  CROSSFIT		19.00 - 20.00  Streetdance							
						20.00 - 21.00  Streetdance							
									Wir bitten um Verständnis, dass bei weniger als drei Teilnehmern, der Kurs nicht stattfindet.				
													Official  <b>SPINNING</b> Center

\*In Zusammenarbeit mit dem Tanzstudio



Specials & News unter:  
facebook.com/sportcentermayen



Kurs-Voranmeldungen unter:  
02651/900445 & info@sportcenter-mayen.de