

Kursplan ab 01.10.2021

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
07.00 bis 08.00	Yoga Claudia	Indoor Cycling Achim	Indoor Cycling Jörg		Yoga Claudia	
08.00 bis 09.00				Indoor Cycling Basic Rita		
09.00 bis 10.00	X-Works Basic Hannes	X-Works Rücken Wencke	Step Rita	X-Works Rücken Wencke	Indoor Cycling Basic Alisa	
10.00 bis 11.00			X-Works Rücken Rita (30 min)		Hatha Yoga Alisa	Indoor Cycling Team radius
18.00 bis 19.00	X-Works Zirkel Julia	Indoor Cycling Simon	X-Works Rücken Julia	Indoor Cycling Simon	Langhantel Andre	
19.00 bis 20.00	Body Styling Dana	Yoga Alisa	X-Works Mobility Hannes	Indoor Cycling Leonie	X-Works Mobility Team radius	Indoor Cycling Andre
20.00 bis 21.00	Indoor Cycling KP		Yoga Melanie			
<i>radius express</i> (15 min)	08.15 <i>radius express</i>	09.15 <i>radius express</i>	09.15 <i>radius express</i>	08.15 <i>radius express</i>	09.15 <i>radius express</i>	10.30 <i>radius express</i>
	18.00 <i>radius express</i>	18.45 <i>radius express</i>	19.00 <i>radius express</i>	18.30 <i>radius express</i>	17.30 <i>radius express</i>	

- Während dem Kurs kann die Maske abgenommen werden
- Kein Platzwechsel während des Kurses
- Teilnehmeranzahl begrenzt
- Anmeldung erforderlich (über Webshop)

- Kursdauer 55 min (zwischen den Kursen 5 min lüften)
- Treffpunkt der Teilnehmer vorne an den Tischen