Kursplan

gültig ab 01.01.2025

beNew

Uhrzeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 1	Raum 2	Raum 3
09:00		**Yoga**		**Twiddle**						**Pilates**	**Rehasport**				
09:15		9:00-10:00		**Step**							9:00-9:45				
09:30				9:00 -10:00						9:00 -10:00	*Bärbel*				
09:45		*Petra*		*Bärbel*						*Marlene*					
10:00					**Rehasport**					**Rehasport**					
10:15		**YoGe**			10:00-10:45					10:00-10:45					
10:30		10:15-11:15			*Bärbel*					*Bärbel*					
10:45															
11:00		*Petra*													
11:15															
!!! ALLE Kurse bitte anmelden auf www.benew-fitness-studio.de/kurse oder über die Studio-App !!!															
15:30															
15:45		**Rehasport**													
16:00		15:45-16:30													
16:15		*Bärbel*													
16:30				**TRX**											
16:45		**BeBo**		16:30-17:15			**Zumba**								
17:00		16:45-17:30		Alex			**Kids**								
17:15		*Bärbel*					16:45-17:30 *Tina*								
17:30				**BBP**				**Body**							
17:45	**Fit Mix**			17:30-18:30	**DanceFit**		**Pilates**	**Boost** 17:30-18:15							
18:00	17:40-18:25	**M.A.X** 18:00-18:30			17:45-18:45	**Functional**	17:40-18:40	*Alex*					**Zumba**		
18:15	*Bärbel*	*Alex*		*Bärbel*		**Circle**							18:00-19:00		
18:30	**smartAbs** 18:25-18:55		**Indoor**		*Yeukai*	18:00-19:00	*Marlene*	**Jumping**	**Indoor**	**Bodyfit**					**Indoor**
18:45	*Bärbel*		**Cycling**	**Rehasport**		*Alex*		18:30-19:30	**Cycling**	18:30-19:30			*Nadine*		**Cycling**
19:00	**Zumba**	**Jumping**	18:30-19:30	18:45-19:45	**Yoga**				18:30-19:30						18:30-19:30
19:15	19:00-20:00	19:00-20:00	Dirk	*Bärbel*	19:00-20:00			*Karin*	Dirk	*Sven*					Dirk
19:30							**Power Yoga**			**Bauch** 19:30-20:00					
19:45	*Bettina*	*Karin*			Petra		19:30-20:30			*Sven*					
20:00							*Martina*								
20:15															