


Kursplan beNew

gültig ab 01.05.2023

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
9:00		Yoga 9:00-10:00		Twiddle Step 9:00-10:00				Morning Jumping 9:00 - 10:00		Pilates 9:00 - 10:00	Reha-Sport 9:00-10:00				
9:15		<i>Petra</i>		<i>Bivi</i>				<i>Ina</i>		<i>Marlene</i>	<i>Bivi</i>				
9:30															
9:45															
10:00					Reha-Sport 10:00-11:00						Reha-Sport 10:00-11:00				
10:15		YoGe 10:15-11:15			<i>Bivi</i>						<i>Bivi</i>				
10:30		<i>Petra</i>													
10:45															
11:00															
11:15															
15:30															
15:45															
16:00		Reha-Sport 15:45-16:45													
16:15		<i>Bivi</i>													
16:30															
16:45	Zumba Junior 16:45 - 17:30	BeBo 16:45-17:45		Hip Hop Kids 16:45-17:45			Zumba Kids 16:45 - 17:30								
17:00	<i>Tina</i>	<i>Bivi</i>		<i>Yeukai</i>	Functional Yoga 17:00 - 17:30		<i>Tina</i>					Functional Circle 17:00-18:00			
17:15					<i>Micha</i>							<i>Micha</i> im Functional Bereich			
17:30					BBP 17:30-18:30										
17:45	Twiddle Step 17:45-18:45			DanceFit 17:45-18:45			Pilates 17:40-18:40	Body Boost 17:30-18:15							
18:00	<i>Bivi</i>	M.A.X. 18:00-18:30		<i>Yeukai</i>	<i>Bivi</i>	Functional Circle 18:00-19:00	<i>Marlene</i>	<i>Ina</i>					Zumba 18:00-19:00		
18:15		<i>Ina</i>				<i>Micha</i> im Functional Bereich							<i>Nadine</i>		
18:30			Indoor Cycling 18:30-19:30					Jumping 18:30-19:30	Indoor Cycling 18:30-19:30	Bodyfit 18:30-19:30	Wirbelsäule 18:30-19:30				
18:45			<i>Dirk</i>	Reha-Sport 18:45-19:45			Strong 18:45-19:15	<i>Ina</i>	<i>Dirk</i>	<i>Sven</i>	<i>Annette</i>			Indoor Cycling 18:30-19:30	
19:00	Zumba 19:00-20:00	Jumping 19:00-20:00		<i>Bivi</i>	Yoga 19:00-20:00		<i>Nadine</i>							<i>Dirk</i>	
19:15		<i>Ina</i>			<i>Petra</i>										
19:30	<i>Helena</i>														
19:45							Power Yoga 19:30-20:30			Bauch 19:30-20:00					
20:00							<i>Martina</i>			<i>Sven</i>					
20:15															

für ALLE KURSE bitte anmelden auf www.benew-fitness-studio.de/kurse