Kursplan

gültig ab 13.11.2023

beNew

!!! ALLE Kurse bitte anmelden auf www.benew-fitness-studio.de/kurse oder über die Studio-App !!!

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** 9:00-10:00 *Petra*		**Twiddle Step** 9:00 -10:00 *Bärbel*						**Pilates** 9:00 -10:00 *Marlene*	**Rehasport** 9:00-9:45 *Bärbel*				
09:15															
09:30															
09:45															
10:00					**Rehasport** 10:00-10:45 *Bärbel*					**Rehasport** 10:00-10:45 *Bärbel*					
10:15		**YoGe** 10:15-11:15 *Petra*									**Jumping** 10:15-11:15 *Karin*				
10:30															
10:45															
11:00															
11:15															
15:30															
15:45		**Rehasport** 15:34-16:30 *Bärbel*													
16:00															
16:15															
16:30															
16:45		**BeBo** 16:45-17:45 *Bärbel*					**Zumba Kids** 16:45-17:30 *Tina*						**Zumba Junior** 16:45-17:30 *Tina*		
17:00				**Functional Yoga** 17:00-17:45 *Micha*											
17:15															
17:30					**BBP** 17:30-18:30 *Bärbel*			**Body Boost** 17:30-18:15 *Alex*				**Functional Circle** 17:30-18:30 *Micha*			
17:45	**Twiddle Step** 17:45-18:45 *Bärbel*			**DanceFit** 17:45-18:45 *Yeukai*			**Pilates** 17:40-18:40 *Marlene*								
18:00		**M.A.X** 18:00-18:30 *Alex*				**Functional Circle** 18:00-19:00 *Micha*							**Zumba** 18:00-19:00 *Nadine*		
18:15															
18:30			**Indoor Cycling** 18:30-19:30 Dirk	**Rehasport** 18:45-19:45 *Bärbel*				**Jumping** 18:30-19:30 *Karin*	**Indoor Cycling** 18:30-19:30 Dirk	**Bodyfit** 18:30-19:30 *Sven*					**Indoor Cycling** 18:30-19:30 Dirk
18:45															
19:00	**Zumba** 19:00-20:00 *Bärbel*	**Jumping** 19:00-20:00 *Karin*			**Yoga** 19:00-20:00 Petra										
19:15															
19:30							**Power Yoga** 19:30-20:30 *Martina*			**Bauch** 19:30-20:00 *Sven*					
19:45															
20:00															
20:15															