

Kursplan

04.12.2023 - 10.12.2023

4 Fun Fitness Kappeln
Bernhard-Liening-Straße 24
24376 Kappeln
04642- 84 00
kappeln@4fun-fitness.de



Montag 04.12.2023	Dienstag 05.12.2023	Mittwoch 06.12.2023	Donnerstag 07.12.2023	Freitag 08.12.2023	Samstag 09.12.2023	Sonntag 10.12.2023
08:45 - 09:20 SENIORFIT ZOOM	09:00 - 09:50 YOGA INDOOR	09:00 - 10:00 PILATES ZOOM	11:00 - 12:00 YOGA ZOOM	08:45 - 09:45 TOTAL VITAL	10:15 - 11:15 Flexibar	10:15 - 11:05 TOTAL VITAL INDOOR
09:00 - 09:50 Fit-Forever	10:05 - 11:00 Rücken und Faszien ...	09:00 - 09:50 Pilates	17:00 - 17:50 Step 2.0	09:45 - 10:45 INDOOR CYCLING	11:20 - 12:20 Langhantel	
09:30 - 10:30 Bauch-BEINE-PO ZOOM...	18:00 - 18:50 PILATES INDOOR	10:00 - 10:50 Rückenfit	18:00 - 18:50 Pilates	17:30 - 18:15 Muskellängentrainin...		
10:00 - 10:50 Faszien und Bewegli...	18:30 - 19:30 Rücken Fit ZOOM	16:45 - 17:15 X-Fit ZOOM		18:30 - 19:20 Bodyfit		
17:00 - 18:00 ZUMBA ZOOM	19:00 - 19:50 H.I.I.T	17:15 - 18:10 Langhantel				
18:30 - 19:20 Bodyfit		18:30 - 19:30 INDOOR CYCLING				
19:00 - 20:00 Indoor Cycling		18:30 - 19:20 BBP+				
19:10 - 20:10 ANTARA ZOOM						

■ Fit und Vital
 ■ Leidenschaft und...
 ■ Rücken und Gesun...
 ■ Schlank und Figu...

Stand: 05.12.2023