

Sommer-Kursplan 30.08. - 05.09.2021

Bitte kommen Sie pünktlich zu den Kursen.

Wahren Sie den entsprechendem Abstand vor und in den Kursräumen.

Die Kurse finden ab 3 Teilnehmerinnen statt. An Feiertagen bitte gesondertes Programm beachten.

0711 - 220 227 33

www.womanpur.de



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09:45 - 10:35 Gesunder Rücken Rosi	09:45 - 10:35 Total Body Workout Maja		09:45 - 10:35 Rücken & Beckenboden Rosi	09:45 - 10:45 BODYPUMP® Heike
10:45 - 11:35 BBP Rosi	10:45 - 11:35 ZUMBA® Maja		10:45 - 11:45 Pilates Rosi	10:55 - 11:55 BODYBALANCE® Heike

SAMSTAG
16:00 - 16:50 HIIT Heike
17:00 - 17:50 Pilates Heike

								16:25 - 17:25 Yoga Lorena	16:30 - 17:20 TBW Ono
17:10 - 18:10 Yoga Claudia		17:30 - 18:30 TBW & Strech Dubi	17:30 - 18:20 ZUMBA® Lili			17:30 - 18:20 BBP Merlin			17:30 - 18:20 Thai Bo Ono
18:20 - 19:20 Pilates Claudia	18:20 - 19:20 BODYPUMP® Katja	18:40 - 19:40 Step 2-3 Dubi		18:00 - 19:00 BODYPUMP® Harald	18:00 - 19:00 Power Yoga Lorena	18:30 - 19:20 Step 2 Merlin	18:30 - 19:30 bodyART® Maria		
				19:10 - 20:00 Step 1 'Klassik' Harald	19:10 - 20:00 Ges. Rücken Lorena	19:30 - 20:20 ZUMBA® Rico			

SONNTAG
10:30 - 11:20 TBW Dina
11:30 - 12:20 Step 1-2 Dina

Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Raum 1

Sommer-Kursplan 06.09. - 12.09.2021

Bitte kommen Sie pünktlich zu den Kursen.

Wahren Sie den entsprechendem Abstand vor und in den Kursräumen.

Die Kurse finden ab 3 Teilnehmerinnen statt. An Feiertagen bitte gesondertes Programm beachten.

0711 - 220 227 33

www.womanpur.de



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09:45 - 10:35 Gesunder Rücken Rosi	09:45 - 10:35 Total Body Workout Lucia		09:45 - 10:35 Rücken & Beckenboden Rosi	09:45 - 10:45 BODYPUMP® Heike
10:45 - 11:35 BBP Rosi	10:45 - 11:35 Yoga Lucia		10:45 - 11:45 Pilates Rosi	10:55 - 11:55 BODYBALANCE® Heike

SAMSTAG
16:00 - 16:50 HIIT Heike
17:00 - 17:50 Pilates Heike

									16:30 - 17:20 TBW Ono
17:10 - 18:10 Yoga Claudia		17:30 - 18:30 TBW & Streck Dubi	17:30 - 18:20 ZUMBA® Lili			17:30 - 18:20 BBP Merlin			17:30 - 18:20 Thai Bo Ono
18:20 - 19:20 Pilates Claudia	18:20 - 19:20 BODYPUMP® Katja	18:40 - 19:40 Step 2-3 Dubi		18:00 - 19:00 BODYPUMP® Harald	18:00 - 19:00 Power Yoga Lucia	18:30 - 19:30 Step 2 Merlin	18:30 - 19:30 bodyART® Maria		18:30 - 19:20 ZUMBA® Ono
				19:10 - 19:40 Step 1 'classik' Harald	19:10 - 20:00 Ges. Rücken Lucia	19:30 - 20:20 ZUMBA® Lili			

SONNTAG
10:30 - 11:20 TBW Dina
11:30 - 12:20 Step 1-2 Dina

Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Raum 1

Sommer-Kursplan 13.09. - 19.09.2021

Bitte kommen Sie pünktlich zu den Kursen.

Wahren Sie den entsprechendem Abstand vor und in den Kursräumen.

Die Kurse finden ab 3 Teilnehmerinnen statt. An Feiertagen bitte gesondertes Programm beachten.

0711 - 220 227 33

www.womanpur.de



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09:45 - 10:35 Gesunder Rücken Rosi	09:45 - 10:35 Total Body Workout Maja		09:45 - 10:35 Rücken & Beckenboden Lorena	09:45 - 10:45 BODYPUMP® Marc C.
10:45 - 11:35 BBP Rosi	10:45 - 11:35 ZUMBA® Maja		10:45 - 11:45 Pilates Lorena	10:55 - 11:55 BODYBALANCE® Marc C.

SAMSTAG
15:00 - 16:15 ZUMBA® Nils

								16:20 - 17:20 Yoga Lorena	16:30 - 17:20 TBW Ono
17:10 - 18:10 Yoga Claudia	17:20 - 18:10 BBP Merlin	17:30 - 18:30 TBW & Strech Dubi	17:30 - 18:20 ZUMBA® Lili					17:30 - 18:20 BBP Merlin	17:30 - 18:20 Thai Bo Ono
18:20 - 19:20 Pilates Claudia	18:20 - 19:10 Step 1-2 Merlin	18:40 - 19:40 Step 2-3 Dubi		18:00 - 19:00 BODYPUMP® Harald	18:00 - 19:00 Power Yoga Lorena	18:30 - 19:20 Step 2 Merlin	18:30 - 19:30 bodyART® Maria		
19:30 - 20:30 BODYPUMP® Katja				19:10 - 19:40 Step 1 'Klassik' Harald	19:10 - 20:00 Ges. Rücken Lorena	19:30 - 20:20 ZUMBA® Rico			

SONNTAG
10:30 - 11:20 TBW Dina
11:30 - 12:20 Step 1-2 Dina

Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

Raum 1
