

KURSPLAN BRÜGGEN gültig ab Juni 2025



BOBBELS
TRAINING MIT HERZ.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15 - 10:15 Osteoletic Melanie	09:00 - 10:00 Bodytoning Melanie			09:00 - 10:00 Bodyworkout Bianca		
10:15 - 11:00 Bauch-Intensiv Fabio	10:00 - 11:00 Step-Workout Melanie	10:00 - 11:00 Bodyworkout Diana		10:15 - 11:30 Hatha Yoga Tina	10:00 - 11:00 Step-Fatburner Hermann (1.Samstag im Monat)	10:30 - 11:30 Cycling Mareike (nach Monatsplanung/ siehe App)
18:00 - 19:00 Powerstunde Bianca	18:15 - 19:15 Fitness-Cycling Andre	18:00 - 19:00 Rücken - Pilates Bianka	18:00 - 19:00 Langhantel Bianca			
19:00 - 20:00 Stretch Bianka	19:00 - 20:30 Hatha Yoga Giedre		19:00 - 20:00 Step Hermann			
	19:30 - 20:30 Cycling Patrick		19:00 - 20:00 Cycling Andre			