

Vorübergehender Kursplan Brüggen! Gültig ab 22.06.2020



Bitte bringe zu allen Kursen (außer Jumping und Cycling) eine eigene Matte mit!

Die **Outdoor** Kurse können bei Regen nicht stattfinden!

Bitte melde Dich für die Kurse über die App, per Telefon oder persönlich im Studio an!

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Sonntag |
|--|--|---|---|-----------------------------------|--|
| 10:00 - 11:00 Pilates Tatjana | 09:00 - 10:00 Rücken/Bauch Melanie | 10:00 - 11:00 Bodyworkout Diana B. | 09:00 - 10:00 Osteoletics Heidi | 09:00 - 10:00 Strong Tracey | 11:00 - 12:00 Cycling Outdoor Andre |
| | | | 10:15 - 11:45 Yoga Devani | | |
| | | | 18:30 - 19:30 Funktioneller Outdoor Zirkel in Schwalmatal | | |
| 19:00 - 20:00 Jumping Outdoor Meike | 18:15 - 19:15 Strong Tracey | 18:00 - 18:45 Jumping Outdoor Ines | 18:30 - 19:30 Rücken/Bauch Tracey | | |
| 19:00 - 20:30 Yoga Devani | 19:30 - 20:30 Cycling Outdoor Patrick | 19:00 - 20:00 Bodyworkout Ines | 19:30 - 20:15 Cycling Outdoor Andre | | |