

AQUAFUN

FLEESESEE

02.09. – 08.09.2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Frühschwimmen Erwachsene 💧 6:00 bis 9:00 Uhr	Frühschwimmen Erwachsene 💧 6:00 bis 9:00 Uhr	Frühschwimmen Erwachsene 💧 6:00 bis 9:00 Uhr	Frühschwimmen Erwachsene 💧 6:00 bis 9:00 Uhr	Frühschwimmen Erwachsene 💧 6:00 bis 9:00 Uhr		
Aquafit mit Marcust ★ 💧 9:00 bis 9:30 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich ab 6.00 Uhr		Aquafit mit Marcus ★ 💧 9:00 bis 9:30 Uhr	Yoga ★ 8:30 bis 9:15 Uhr		
Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich ab 6.00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich ab 6.00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich ab 6.00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich ab 6.00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich ab 7.30 Uhr	
Senioren-Gymnastik mit Marcus ★ 9:45 bis 10:30 Uhr	BBP & Stretch ★★ 9:00 bis 10:00 Uhr		Rückenfit mit Marcus ★★ 9:45 bis 10:30 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Cyber Cycling ★★★ 9:00 bis 9:50 Uhr	
Mama Fitness ★★ 10:15 bis 11:05 Uhr	Yoga ★ 11:15 bis 12:10 Uhr	Dance Aerobic ★★ 11.00 bis 11.50 Uhr		BBP & Stretch ★★ 12:00 bis 13:00 Uhr	BBP & Stretch ★★ 10:00 bis 10:50 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich ab 10.00 Uhr
Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich 11:15 bis 17:30 Uhr	Einsteiger Cyber Cycling ★★ 15:30 bis 17:00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich 7:30 bis 9:00 Uhr & 10:00 bis 21:00 Uhr	Einsteiger Cyber Cycling ★★ 11:00 bis 11:50 Uhr
	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich			Cyber Cycling ★★★ 17:00 bis 17:55 Uhr		
Latin Dance Aerobic mit Stephan ★★ 18:00 bis 19:00 Uhr	Power Workout ★★ 18:00 bis 18:50 Uhr	BoxFit ★★★ 17:00 bis 17:50 Uhr	Step Aerobic mit Stephan ★★★ 18:00 bis 19:00 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich	Power Workout ★★ 18:00 bis 18:50 Uhr	Indiv. Cyber-Training im Kursraum möglich 12.00 bis 17.45 Uhr
Cyber Cycling ★★★ 19:15 bis 20:15 Uhr	Yoga mit Renate ★★ 19:00 bis 20:00 Uhr	Cyber Cycling ★★★ 18:30 bis 19:30 Uhr	Yoga mit Petra ★★ 19:15 bis 20:00 Uhr	Pilates ★★ 19:00 bis 19:50 Uhr	Yoga ★★ 19:00 bis 19:50 Uhr	

Trainingslevel leicht ★
 Trainingslevel mittel ★★
 Trainingslevel schwer ★★★

IM POOL MIT TRAINER & ANMELDUNG 💧

IM KURSRAUM MIT TRAINER & ANMELDUNG

CYBER CYCLING KURSE

CYBERKURSE

Anmeldung Tel.: 039932 80500

Mail: fitness@fleesensee.de

MINDESTTEILNEHMERZAHL ALLE KURSE: 3 PERSONEN
 Schwimmkurse, Tauchen & Meerjungfrauenschwimmen gegen Gebühr