

# DEIN STUDIO IN NEUBRANDENBURG KURSPLAN



**MONTAG**

**DIENSTAG**

**MITTWOCH**

**DONNERSTAG**

**FREITAG**

**SAMSTAG**

**SONNTAG**

9:30 Uhr - 10:30 UHR  
Bauch-Beine Po

10:30 Uhr - 11:30 UHR  
Rückenfit

16:30 Uhr - 17:30 UHR  
Aroha-Mix

16:30 Uhr - 17:30 UHR  
Indoor Cycling

17:30 Uhr - 18:30 UHR  
Zumba

18:30 Uhr - 19:30 UHR  
Body Step Mix

18:35 Uhr - 19:35 UHR  
Indoor Cycling

19:30 Uhr - 20:15 UHR  
CORE (Bauch-Rücken)

8:00 Uhr - 8:45 UHR  
\*REHA\*

9:00 Uhr - 10:00 UHR  
Deep Work

10:00 Uhr - 11:00 UHR  
Dance Mix

16:30 Uhr - 17:30 UHR  
Langhantelworkout

17:30 Uhr - 18:30 UHR  
Gymnastik

18:30 Uhr - 19:30 UHR  
Step-Mix

19:30 Uhr - 20:30 UHR  
Zumba

9:00 Uhr - 9:30 UHR  
Rückenfit (Basic's)

10:00 Uhr - 10:30 UHR  
Funktionaltraining

16:25 Uhr - 17:25 UHR  
Bauch-Beine-Po

17:30 Uhr - 18:30 UHR  
Bodypower

18:30 Uhr - 19:30 UHR  
Fast Fitness

18:45 Uhr - 19:45 UHR  
Indoor Cycling

10:00 Uhr - 11:00 UHR  
Body Workout

11:00 Uhr - 12:00 UHR  
Gymnastik

17:00 Uhr - 18:00 UHR  
Body Styling

17:00 Uhr - 18:00 UHR  
Indoor Cycling

18:00 Uhr - 19:00 UHR  
Bauch-Spezial

19:00 Uhr - 20:00 UHR  
Langhantelworkout

9:30 Uhr - 10:30 UHR  
Rückenfit

10:30 Uhr - 11:30 UHR  
Bauch-Beine-Po

13:00 Uhr - 14:00 UHR  
Zumba

13:15 Uhr - 14:15 UHR  
Indoor Cycling

14:00 Uhr - 14:45 Uhr  
\*REHA\*

17:00 Uhr - 18:00 UHR  
Zumba

18:15 Uhr - 19:15 UHR  
Indoor Cycling

10:00 Uhr - 11:00 UHR  
Indoor Cycling