

KURSPLAN

#wirsindcasavital

Montag 7.00-21.30 Uhr	Dienstag 7.00-21.30 Uhr	Mittwoch 7.00-21.30 Uhr	Donnerstag 7.00-21.30 Uhr	Freitag 7.00-21.30 Uhr	Samstag 9.00 - 17.00 Uhr	Sonntag 9.00 - 17.00 Uhr
--------------------------	----------------------------	----------------------------	------------------------------	---------------------------	-----------------------------	-----------------------------

			17.30-18.15 Uhr Langhantel Workout Sabine 14 Teilnehmer	09.00-10.30 Uhr Yogalates Alice 14 Teilnehmer	09.30-10.30 Uhr Rücken & Mobility Sabine 14 Teilnehmer	10.00-11.00 Uhr Sling- Training Mike 8 Teilnehmer
	17.00-18.00 Uhr Iron Qube Helmar 12 Teilnehmer		18.20-19.05 Uhr Step Sabine 14 Teilnehmer		10.45-11.45 Uhr Intervall Workout Sabine 14 Teilnehmer	11.15-12.15 Uhr Sling- Training Mike 8 Teilnehmer
Reha - Sport 17.00-17:45 Uhr Lars	18:00 - 19:00 Uhr Indoor Cycling Jürgen 14 Teilnehmer	18:00 - 19:00 Uhr Indoor Cycling Peter 14 Teilnehmer	18.00-19.00 Uhr Iron Qube Irina 12 Teilnehmer	18:30 -19:30 Indoor Cycling Hubi 14 Teilnehmer		
Reha - Sport 18.00-18:45 Uhr Lars	19.00-20.00 Uhr Iron Qube Helmar 12 Teilnehmer	19.30-21.00 Uhr Yoga Alice 14 Teilnehmer	19:15-20:15 Indoor Cycling Frank 14 Teilnehmer			
19.00-20.00 Uhr Indoor Cycling Olaf 14 Teilnehmer						

ANMELDUNG ÜBER UNSERE HOMEPAGE: www.casavital24.de



GEMEINSAM FITNESS ERLEBEN - DEIN FITNESSCLUB IN EVERSINKEL