Outdoor – Kursplan (abends)

Lehrter Sport-Verein
von 1874 (Bundesbahn) e.V.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15:00							**HIIT** (Rabea)
16:00				**Yoga** (Anna)			
17:00	**Zumba** (Sabrina)	**Wirbelsäulen-Gymnastik** (Doris)	**Body Attack** (Natalja)		**Body Combat** (Karolina)		
18:00	**Cycle** (Katrin)	**Cycle** (Andrea)	**Tone** (Natalja)	**Body Pump** (Yvonne)			
19:00	**Fitness Thaiboxen** (Bekir)	**Body Balance** (Susan)	**Cycle** (Rolf)	**Core** (Yvonne)	**Body Balance** (Anke)		
20:00							