

Kurse und Öffnungszeiten InBalance ab 1.11.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p>8:30 Gymnastik</p> <p>10:30 Hocker</p>	<p>11:00 Bauch /Rücken (ZOOM & LIVE)</p>	<p>8:30 Stretching</p> <p>10:30 Hocker</p>	<p>11:00 Bauch / Rücken</p>	<p>10:30 Nacken, Schulter & Rücken (ZOOM & LIVE)</p> <p>12:15 Walking & Gym Krupunder See 45min (je nach Wetterlage)</p>	<p>10:30 Bauch/Rücken (ZOOM & LIVE)</p>
<p>17:00 Hocker (ZOOM & LIVE)</p> <p>18:00 Gymnastik (ZOOM & LIVE)</p>	<p>18:00 Fit mit InBalance</p>	<p>17:00 Hocker (Zoom & Hof Studio)</p> <p>18:00 Gymnastik (ZOOM & Studio)</p>	<p>18:15 Cardio Gymnastik (ZOOM & Studio)</p>		

Öffnungszeiten:

Mo 8:00-12:00, 16:00 -19:00. Di 8:00-12:00, 17:00-19:00. Mi 8:00-12:00, 16:00-19:00. Do 8:00-12:00, 17:00-19:00. Fr 8:00-12:00. Sa 10:00-12:00