

Wochen-Kursplan Bückeberg

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
vormittags - ab 8:00 Uhr	vormittags - ab 8:00 Uhr	vormittags - ab 8:00 Uhr	vormittags - ab 8:00 Uhr	vormittags - ab 8:00 Uhr	vormittags - ab 8:00 Uhr	vormittags - ab 8:00 Uhr
Zumba 09:00 - 10:00 Kursraum XL	EMS Kurs 08:20 - 09:00 EMS	Yoga 09:15 - 10:45 Kursraum XL	Body Forming 09:00 - 09:45 Kursraum XL	Body Pump 09:00 - 10:00 Kursraum XL	Rücken Plus 11:15 - 12:00 Kursraum XL	Sunday Special 11:00 - 12:00 Kursraum XL
Aqua Fit 09:10 - 09:55 Schwimmbad	Aqua Fit (nur Damen) 09:10 - 09:55 Schwimmbad	Aqua Plus 10:10 - 10:55 Schwimmbad	Aqua Fit 10:00 - 10:45 Schwimmbad	Aqua Plus 09:30 - 10:15 Schwimmbad		
Aqua Plus 10:10 - 10:55 Schwimmbad	Rücken Plus 09:10 - 09:55 Kursraum XL	nachmittags - ab 14:00 Uhr	Rücken Plus 10:15 - 11:00 Kursraum XL	Rücken Plus 10:15 - 11:00 Kursraum XL	mittags - ab 12:00 Uhr	
Jumping 10:15 - 11:00 Kursraum XL		Step 17:10 - 17:55 Kursraum XL	EMS Kurs 10:15 - 11:00 EMS	Aqua Fit 10:30 - 11:15 Schwimmbad	Body Pump 13:00 - 14:00 Kursraum XL	
Rücken Plus 11:15 - 12:00 Kursraum XL		Aqua Plus 17:10 - 17:55 Schwimmbad				
nachmittags - ab 14:00 Uhr	nachmittags - ab 14:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr	nachmittags - ab 14:00 Uhr	nachmittags - ab 14:00 Uhr	nachmittags - ab 14:00 Uhr	
Faszien Training 16:30 - 17:15 Kursraum XL	BBP 17:15 - 18:00 Kursraum XL	FUNKTIONAL 18:00 - 18:30 Functional	Yoga 16:45 - 18:00 Kursraum XL	Yoga 17:45 - 19:00 Kursraum XL	Aqua Fit 14:15 - 15:00 Schwimmbad	
Body Pump 17:30 - 18:30 Kursraum XL	Aqua Fit (nur Damen) 17:15 - 18:00 Schwimmbad	Aqua Fit 18:05 - 18:50 Schwimmbad	abends - ab 18:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr	
Aqua Fit 17:40 - 18:25 Schwimmbad		Rücken Plus 18:10 - 18:55 Kursraum L	EMS Kurs 18:00 - 18:45 EMS	Rücken Plus 19:10 - 19:55 Kursraum XL	Rücken Plus 19:10 - 19:55 Kursraum XL	
abends - ab 18:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr	Body Combat 18:10 - 19:10 Kursraum XL	Aqua Fit 18:00 - 18:45 Schwimmbad			
Rücken Plus 18:00 - 18:45 Kursraum L	Aqua Fit (nur Damen) 18:15 - 19:00 Schwimmbad	EMS Kurs 18:45 - 19:30 EMS	Jumping 18:15 - 19:15 Kursraum XL			
Aqua Fit 18:35 - 19:20 Schwimmbad	Body Balance 18:15 - 19:15 Kursraum XL	Aqua Fit 18:55 - 19:40 Schwimmbad	Indoor Cycling 19:00 - 20:00 Kursraum L			
Yoga 18:45 - 20:00 Kursraum XL	EMS Kurs 18:30 - 19:15 EMS	Indoor Cycling 19:10 - 20:10 Kursraum L	Zumba 19:30 - 20:30 Kursraum XL			
EMS Kurs 19:00 - 19:45 EMS	Rücken Plus 19:30 - 20:15 Kursraum XL	Pilates 19:20 - 20:05 Kursraum XL				
Indoor Cycling 19:30 - 20:30 Kursraum L						