

Wochen-Kursplan Minden

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
EMS Kurs 09:00 - 09:45 EMS	Rücken Plus 08:30 - 09:15 Kursraum XL	Aqua Plus 09:00 - 09:45 Schwimmbad	Rücken Plus 08:15 - 09:00 Kursraum XL	EMS Kurs 08:15 - 09:00 EMS	Rücken Plus 10:00 - 10:45 Kursraum XL	EMS Kurs 10:00 - 10:45 EMS
Aqua Fit 09:10 - 09:55 Schwimmbad	Aqua Fit 09:25 - 10:10 Schwimmbad	Body Pump 09:00 - 10:00 Kursraum XL	Aqua Fit 09:00 - 09:45 Schwimmbad	Bauch Workout 09:00 - 09:30 Kursraum XL	Jumpin 11:15 - 12:15 Kursraum XL	Sunday Special 11:00 - 12:00 Kursraum XL
Bauch Workout 09:15 - 09:45 Kursraum XL	Pilates 09:30 - 10:15 Kursraum XL	Aqua Fit 10:15 - 11:00 Schwimmbad	Body Forming 09:05 - 10:05 Kursraum XL	Aqua Fit 09:00 - 09:45 Schwimmbad	mittags - ab 12:00 Uhr	
Body Pump 10:00 - 11:00 Kursraum XL	Aqua Fit 10:20 - 11:05 Schwimmbad		FUNKTIONAL 09:15 - 09:45 Funktional	Yoga 09:40 - 10:55 Kursraum XL	Aqua Fit 12:30 - 13:15 Schwimmbad	
Aqua Fit 10:05 - 10:50 Schwimmbad	Rücken Fit 10:30 - 11:15 Kursraum XL		Aqua Plus 10:00 - 10:45 Schwimmbad	Aqua Plus 09:55 - 10:40 Schwimmbad		
nachmittags - ab 14:00 Uhr	nachmittags - ab 14:00 Uhr	nachmittags - ab 14:00 Uhr	Rücken Fit 10:15 - 11:00 Kursraum XL	nachmittags - ab 14:00 Uhr		
Aqua Plus 17:10 - 17:55 Schwimmbad	Body Pump 17:00 - 18:00 Kursraum XL	Body Balance 17:15 - 18:15 Kursraum XL		EMS Kurs 16:00 - 16:45 EMS		
Body Combat 17:10 - 18:10 Kursraum XL	Aqua Fit 17:20 - 18:05 Schwimmbad		nachmittags - ab 14:00 Uhr	BBP intensiv 17:30 - 18:30 Kursraum XL		
EMS Kurs 17:30 - 18:15 EMS			Aqua Plus 17:10 - 17:55 Schwimmbad			
abends - ab 18:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr	abends - ab 18:00 Uhr		
FUNKTIONAL 18:00 - 18:30 Funktional	Pilates 18:10 - 18:55 Kursraum XL	Rücken Plus 18:10 - 18:55 Kursraum M	Aqua Fit 18:05 - 18:50 Schwimmbad	Aqua Fit 18:45 - 19:30 Schwimmbad		
Indoor Cycling 18:00 - 19:00 Kursraum L	Aqua Fit 18:15 - 19:00 Schwimmbad	Bauch Workout 18:25 - 18:55 Kursraum XL	Rücken Plus 18:10 - 18:55 Kursraum M			
Rücken Plus 18:10 - 18:55 Kursraum M	Rücken Plus 19:15 - 20:00 Kursraum XL	EMS Kurs 19:00 - 19:45 EMS	Pilates 18:40 - 19:25 Kursraum XL			
BBP 18:20 - 19:05 Kursraum XL	Indoor Cycling 19:30 - 20:30 Kursraum L	Body Pump 19:05 - 20:05 Kursraum XL	EMS Kurs 19:15 - 20:00 EMS			
Aqua Fit 18:30 - 19:15 Schwimmbad		Zumba 20:15 - 21:15 Kursraum XL	Indoor Cycling 19:15 - 20:15 Kursraum L			
			Yoga 19:30 - 20:30 Kursraum XL			