

Aktiv und Relax Programm Mai



Datum	Uhrzeit	Kurs	Treffpunkt	Trainer
Mo, 04.05.	14:00 – 14:30	Wohlfühl-Workout	Liegewiese	Gina
Mo, 04.05.	18:00 – 18:20	Aqua Fit	Relaxbecken	Antonia
Di, 05.05.	10:30 – 11:00	Aqua Fit	Relaxbecken	Daniel
Do, 07.05.	11:15 – 11:35	SUP Workout	Aktivbecken	Antonia
Do, 07.05.	11:45 – 12:15	SUP & Relax	Aktivbecken	Gina
Fr, 08.05.	10:00 – 10:20	Mobility	Liegewiese	Daniel
Mo, 11.05.	15:00 – 15:20	SUP Pilates	Aktivbecken	Julia
Mo, 11.05.	16:00 – 16:20	SUP Workout	Aktivbecken	Antonia
Mo, 11.05.	17:00 – 17:20	SUP & Relax	Aktivbecken	Antonia
Mi, 13.05.	10:00 -10:20	Aktiv in den Tag	Liegewiese	Gina
Di, 19.05.	11:30 – 12:00	Standing Pilates	Liegewiese	Julia
Di, 19.05.	16:00 – 16:20	Aqua Fit	Relaxbecken	Julia
Di, 26.05.	14:00 – 14:30	Aqua Cycling	Aktivbecken	Julia
Mi, 27.05.	10:00 – 10:30	Aqua Fit	Relaxbecken	Gina
Mi, 27.05.	11:00 – 11:20	Stretch & Relax im Grünen	Liegewiese	Gina
Do, 28.05.	15:15 – 15:45	Aqua Cycling	Aktivbecken	Julia
Do, 28.05.	17:30 – 18:00	Aqua Cycling	Aktivbecken	Julia

ALLE KURSE AUCH IN BADEKLEIDUNG MÖGLICH/ ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN