

Kursübersicht Frühjahr 2019 Gesamt

| Kursübersicht Frühjahr 2019 Gesamt | | | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|---|---|--------------------------|
| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
| Pilates 8.30-9.30 | Zumba Gold 9.00-10.00 | | Pilates Geübte 8.30-9.30 | Yoga 8.30-10.00 |
| Trampolin Gold 9.30-10.25 Uhr | | | Trampolin 9.30-10.25 | |
| | Psychmot.Turnen 15.45-16.35 (TH) | Tanz Kinder 2 4-6J 16.00-17.00 | | |
| | | Tanz Kinder 1 7-11J 17.00-18.00 | | |
| Langhantel 17.30 -18.30 | Trampolin 18.00-18.55 | Trampolin Gold 18.00-18.55 | Trampolin 18.00-18.55 | Piloxing 17.00-18.00 |
| Power Workout 18.00-19.00 (U) | Wohlfühlkörper 18.00-19.30 (U) | Pilates leicht Geübt 18.00-19.00 (U) | Power Rücken 18.00-19.00 (U) | Trampolin 18.00-18.55 |
| Zumba 18.30-19.30 | Piloxing 19.00-20.00 | BBP 1 19.00-20.00 | Body Athletic 19.15-20.15 (TH) | |
| BBP 2 19.00-20.00 (U) | Wohlfühlkörper 19.30-21.15 (U) | Pilates Fortgeschr. 19.00-20.00 (U) | Entsp./Beweglichkeit 19.00-20.00 (U) | |
| Trampolin 19.30-20.25 | Zumba 20.00-21.00 | Rock the Billy 20.00-20.55 (U) | Zumba Gold 19.00-20.00 | |
| Yoga 20.00-21.00 Uhr | | | Trampolin 20.00-20.55 | |

KURSORTE :ohne Kennzeichnung= Spiegelsaal Turneralm, Aiblinger Str. 12, Kolbermoor

(U) = unterer Kursraum Turneralm/ (TH) bzw. (GA) = Adolf-Rasp-Turnhalle oder Gymnastikraum