

Aerobic-Plan



**Montag 14. September -
Mittwoch 23. Dezember 2020**

Mo	17:00 - 17:45	Pilates	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Mo	18:00 - 18:45	Dance-Aerobic	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Mo	19:00 - 19:45	BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Di	09:45 - 10:30	Dance-Aerobic	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Di	10:45 - 11:30	BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Di	18:00 - 18:45	Fatburner	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Di	19:00 - 19:45	Step	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Di	20:00 - 20:45	BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Mi	18:00 - 18:45	Step	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Mi	19:00 - 19:45	BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Do	10:00 - 10:45	Dance-Step	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Do	18:30 - 19:15	PowerMix	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Do	19:30 - 20:15	deepwork	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Fr	09:00 - 09:45	Rückenfit	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Fr	17:00 - 17:45	BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Fr	18:00 - 18:45	Pumping Fit	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Fr	18:00 - 18:45	Zumba	SSC-Zentrum/Saal
Fr	19:00 - 19:45	Zumba	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Sa	10:00 - 10:45	Step	SSC-Studio/Aerobic-Raum
Sa	11:00 - 11:45	BBP	SSC-Studio/Aerobic-Raum
So	10:00 - 10:45	Pumping Fit	SSC-Studio/Aerobic-Raum
So	11:00 - 11:30	Bauch/Rücken	SSC-Studio/Aerobic-Raum

**Für die Teilnahme an diesen Stunden ist die Mitgliedschaft in der
Aerobic-Abteilung oder dem Fitness- und Gesundheitsstudio
Voraussetzung.**

→ Online-Anmeldung erforderlich!