

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
08:45 -09:45 Rücken Power		07:30 – 08:30 Pilates		09:30 – 10:30 Rücken fit	
MEDANDSPORTS KURSPLAN » Maske außerhalb es Kursraums tragen » 1,5m Abstand im Wartebereich » max. 16 Teilnehmer		08:30 – 09:15 Step in den Tag	09:30 – 10:30 Rücken fit	11:00 – 11:45 Wirbelsäulen-Gymnastik	
					10:00 – 11:00 Zumba
		17:00 – 18:00 Yoga			Kurs-Legende Ausdauer Rücken Entspannen Kraft Kinder-Sport
	16:30 -17:30 Rücken Power	18:00 – 19:00 Fitness-Mix	17:30 – 18:30 Rücken Workout		
18:00 -19:00 Bauch, Beine & Po		18:30 – 19:30 Lauf-Treff	18:30 – 19:30 Indoor Cycling	18:00 – 19:00 Fatburner	
	19:30 – 20:30 Kraft-Kreis	19:00 – 20:00 Zumba	19:30 – 20:30 Pilates	19:00 – 20:00 Yoga	
20:00 – 20:45 Jumping Fitness			Noch keinen Kurs besucht? Jetzt anmelden für eine gratis Schnupperstunde! Aktueller Kursplan auf www.medandsports.de		

MEDANDSPORTS
 Delitzscher Landstraße 75
 04158 Leipzig