

BANANAS KURSZEITEN AB JUNI 2021



| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| | | 9:00 – 10:00 BODYSTYLING (FÜR VHS FEBRUAR-MAI UND SEPTEMBER-DEZEMBER) | 9:00 – 9:45 STEP AEROBIC | |
| 9:30 – 10:30 ZIRKELTRAINING (keine Anmeldung nötig) | | | | |
| | | | 10:00 – 11:00 ZIRKELTRAINING (keine Anmeldung nötig) | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | 16:30 – 17:30 KIDS FIT | | | |
| | | | 17:30 – 18:15 BAUCH BEINE PO | |
| 18:15 – 18:45 STRETCHING | 17:45 – 18:45 TABATA/HIIT* | 18:00 – 18:30 BAUCHMUSKEL- TRAINING | 18:20 – 18:50 STRETCHING | 18:30 – 19:30 UHR HIP HOP TEENS (FKV DANCE) |
| 18:50 – 19:40 STEP/TABATA | 18:55 – 19:40 WIRBELSÄULEN- GYMNASTIK | 18:30 – 19:30 ZUMBA (FKV DANCE) | | |
| 19:45 – 20:30 BAUCH BEINE PO | 19:45 – 20:30 PILATES (NEU) | | 19:30–20:30 BREAKLETICS (FKV DANCE) | |

* BEI JEDEM WETTER DRAUßEN AM HINTEREN BANANAS PARKPLATZ (TEILNEHMERZAHL UNBEGRENZT, ABER MIT ANMELDUNG)

HINWEIS: AUFGRUND DER AKTUELLEN CORONA SITUATION IST DIE TEILNEHMERZAHL PRO KURS AUF 09 MITGLIEDER BEGRENZT. WIR BITTEN UM RECHTZEITIGE ANMELDUNG ZUM GEWÜNSCHTEN KURS (ÜBER WHATSAPP & CO.)