

move & relax

Aktueller Kursplan Januar 2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00-8:50 Uhr	Jump & Form			Stretch & Relax			
09:00-9:50 Uhr	Pilates	Bodyforming		Bauch-Beine-Po	Bodyforming Schwangerschaft	Pilates	Bodyforming Power Circle
10:00-10:50 Uhr		Pilates mit Baby		Yoga	Bodyforming mit Baby		Yoga
11:00-11:50 Uhr							Pilates Schwangerschaft
15:00-15:50 Uhr				Oma – Fit	Bodyforming mit Kind		
16:00-16:50 Uhr	Freies Training			Freies Training	Bodyforming Power Circle		
17:00-17:50 Uhr	Jump & Form	Pilates	Step Aerobic	Bodyforming Power Circle			Step Easy
18:00-18:50 Uhr	Pilates	Jump & Form	Bauch-Beine-Po	Yoga			
19:00-19:50 Uhr	Workshop		Workshop	Workshop			

www.lisa-sports.de

LisaSports Studio | Neuburger Str. 123 | 94036 Passau

Alle Informationen und Anmeldung: info@lisa-sports.de oder Nachricht an 0170 99 25 922