

KURSPLAN

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|---|--|---|---|
| | 10.00 - 10.50 Uhr WORLD OF JUMPING | |  | LEGENDE:  Rehasport: nur mit Verordnung vom Arzt  Präventionskurs: Bezuschussung durch gesetzliche Krankenkassen möglich. Präventionskurs nur mit Anmeldung! |
| | | 15.00 - 15.45 Uhr Moves for Kids (3 - 6 Jahre) | | |
| NEU 16.00 - 16.45 Uhr Kids Camp (ab 7 Jahre) | NEU 16.00 - 16.45 Uhr Kids Camp (ab 7 Jahre) | NEU 16.00 - 16.45 Uhr Kids Camp (ab 7 Jahre) | | |
| 18.30 - 19.20 Uhr Strong by Zumba | 18.15 - 19.00Uhr Rücken Stark ab 01.09.2021 | 18.30 - 19.15 Uhr Bauch-Beine-Po | 18.30 - 19.30 Uhr Hot Iron 2 | |
| 19.30 - 20.30 Uhr Hot Iron I | 19.05 - 20.05 Uhr AOK-Kraftausdauer (Präventionskurs ab 07.09.21) | 19.20 - 20.10 Uhr WORLD OF JUMPING | 19.35 - 20.25 Uhr WORLD OF JUMPING | |
| | 20.05 - 21.05 Uhr Pilates (Präventionskurs ab 07.09.21) |  | |  ALLE KURSE <i>nur mit telef.</i> VORANMELDUNG! |
| | | | | |



PRIME Sportclub | Roevenkamp 12 | 49624 Lönigen
Tel. 05432 9054158 | www.prime-sportclub.de