

KURSPLAN *Löningen*

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Information
09.00-10.00 Uhr VHS Kurs ab Januar	10.00 - 11.00 Uhr WORLD OF JUMPING		09.30 - 10.15 Uhr Spinning	VHS Kurse <i>Rückenfit/Gesunderkörper</i> nur mit Anmeldung über die Volkshochschule in Löningen, Gelbrink 4, 05432/92277
	17.05 - 17.50 Uhr Spinning		17.30-18.30 Gesunder Körper (VHS-Kurs)	
	18.00 - 18.55 Uhr Hot Iron MEN	18.30 - 19.15 Uhr Bauch-Beine-Po	18.30 - 19.30 Uhr Hot Iron 2	
18.00 - 18.50 Uhr Strong by Zumba	19.00 - 20.00 Uhr Kraft Ausdauer (Präventionskurs)	19.20 - 20.10 Uhr WORLD OF JUMPING	19.35 - 20.20 Uhr WORLD OF JUMPING	
19.00 - 20.00 Uhr Hot Iron I	20.00 - 21.00 Uhr Pilates (Präventionskurs)	20.15 - 21.15 Uhr Rückenfit (VHS-Kurs)		Präventionskurse <i>Kraft Ausdauer/Pilates</i> Bezuschussung durch Krankenkassen möglich Präventionskurs nur mit Anmeldung
20.00 - 20.45 Uhr Spinning				



Prime Sportclub | Roevenkamp 12 | 49624 Löningen | Tel. 05432/9054158



PrimeSportclub_