

# LIVE-KURSPLAN

Gültig ab 02.11.2020 - 30.11.2020

<b>Montag</b>	10.00 - 10.55	<b>Pilates</b> mit Melanie
	18.00 - 18.55	<b>Bodyworkout</b> mit Sven
	19.15 - 19.45	<b>Stretch &amp; Relax</b> mit Sven
<b>Dienstag</b>	10.00 - 10.45	<b>B.O.P.</b> mit Nitza
	18.00 - 18.55	<b>T-BO</b> mit Sven
	19.15 - 19.45	<b>Rücken &amp; Bauch</b> mit Sven
<b>Mittwoch</b>	09.00 - 09.55	<b>Vital 60+</b> mit Melanie
	18.30 - 19.15	<b>Functional</b> mit Sissy
<b>Donnerstag</b>	09.00 - 09.55	<b>Yoga</b> mit Christiane
	18.00 - 18.55	<b>Step</b> mit Sven
<b>Freitag</b>	10.00 - 10.55	<b>Bodyworkout</b> mit Petra
	17.30 - 18.15	<b>Functional</b> mit Filiz
	18.30 - 19.00	<b>Powerbauch</b> mit Filiz
<b>Samstag</b>	10.30 - 11.25	<b>Qi Gong</b> mit Qi Xiu
	15.00 - 15.55	<b>Bodyworkout</b> mit Sven
<b>Sonntag</b>	10.30 - 11.25	<b>Yoga</b> mit Annette, Michaela oder Christiane in Rotation
	12.00 - 12.55	<b>Zumba</b> mit Alex

+++ LIVE AUS DER HALLE 22 – AUF YOUTUBE +++



Die aktuellen Links um an einem Kurs teilzunehmen, findet Ihr auf unserer Facebookseite:  
<https://www.facebook.com/Halle-22-153...>

*Wir wünschen Euch viel Spaß beim Mitmachen!  
Euer Halle 22 Team*