

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
09:15 - 10:15 Functional Fit						09:15 - 10:00 Starker Rücken	10:15 - 11:00 Soft Cycling		
17:15 - 18:00 Balance meets Rücken + BBPo + Beckenboden									
18:10 - 18:55 Aerobic	19:05 - 19:50 F.I.T. Fatburner (Power Workout nur für F.I.T.'s Biggest Loser ab 09.04. - 04.06.)	18:00 - 18:45 Tabata	18:00 - 18:45 BBPo	18:00 - 18:45 Balance meets BBPo	18:00 - 18:45 TRX Functional	18:30 - 19:15 Langhantel	18:30 - 19:15 Dancecess	18:00 - 18:45 Rücken Fit & Balance	
19:05 - 19:50 Langhantel	19:05 - 19:50 Pilates (Testmonat im Juni)	18:55 - 19:40 Minibands	18:55 - 19:40 XCO Shake	18:55 - 19:40 Rücken Fit	18:55 - 19:40 KamiBo (ab 19.03.)	19:25 - 20:10 zemb'n FUNK (Feb. + März)	19:25 - 20:10 Faszientraining	18:55 - 19:40 Step Fatburner	19:15 - 20:15 Indoor Cycling
	20:00 - 21:00 Indoor Cycling			19:50 - 20:35 Step Fatburner	19:50 - 20:35 Faszientraining (ab 19.03.)	Flexibar (ab April)		Sonntag 09:30 - 10:30 Wochenende - Power - Zirkel	

Bei allen **GRÜN** gekennzeichneten Kursen, bitte über das **Online - Kursportal** anmelden.

NEU NEU NEU !!!

Ab sofort könnt ihr euch über unser neues **Online - Kursportal** für die Kurse mit begrenzter Teilnehmerzahl an- und abmelden.

Online - Kursportal unter
www.e-motion-fitnesskurse.de



Sommerpause ab Juni

Sommerpause ab Mai

e-motion²
 Dein Kurs- und Gesundheitsstudio
 Aichenzeller Str. 2
 91555 Feuchtwangen
Telefon: 09852 - 68 92 465
E-Mail: info@e-motion-dkb.de
Internet: www.e-motion-fitnesskurse.de