

Kursplan für Feuchtwangen

Juli. August. September. 2019



Montag	Dienstag		Mittwoch	Donnerstag		Freitag	Highlights	
9.15 - 10.15 Functional Fit 					9.15 - 10.00 Starker Rücken		Yoga im Freien Sonntag 07.07.2019 10.00 - 11.15 Sonntag 28.07.2019 10.00 - 11.15	
						10.15 - 11.00 Soft Cycling		
17.30 - 18.15 Balance meets BBPo - Slow 						17.15 - 18.00 BBPo meets Rücken 	Saturday Night deepwork Samstag 27.07.2019 19.00-20.00	
18.25 - 19.10 Aerobic Fatburner	18.30 - 19.15 Langhantel Training (im Juli + Sept.)	18.30 - 19.15 Muskelpower mit Gewichten (im August)	18.15 - 19.30 YOGA 7er Block (ab 17.09.) <small>NEU!</small>	18.15 - 19.00 Balance BBPo meets XCO 	18.30 - 19.15	18.15 - 19.00 BBPo – Power-Workout	18.15 - 19.00 Tabata	18.15 - 19.00 Step Fatburner
19.20 - 20.05 Pilates	19.30 - 20.15 ROXX - the Real Fatburner (im Juli + Sept.)	19.30 - 20.15 deepwork (im August)	19.45 - 21.00 YOGA 7er Block (ab 17.09.) <small>NEU!</small>	19.00 - 20.00 deepwork 	19.05 - 19.50 Rücken & Faszien 	19.10 - 19.55 XCO Shake + Bauch intensiv <small>NEU!</small>		19.15 - 20.15 Indoor Cycling
19.30 - 20.15 BBPo (im A2)					20.00 - 20.45 Step Fatburner 			

15./16.7. ist das Studio wegen der Kinderzeche geschlossen. Urlaub in beiden Studios vom 01.09.-08.09.!

Bei allen grün gekennzeichneten Kursen, bitte über das Online-Kursportal anmelden. www.e-motion-fitnesskurse.de * neu ab 10.09. mit Anmeldung

Sommerpause ab August bis einschl. 09.09.2019

Sommerpause ab 31.07. wegen Dinkelsbühl in Bewegung, los geht's wieder ab 11.09.!