KURSPLAN

LIMITLESS
EST 2016
·SPORTS·

MONTAG	DIENSTAG		MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
				09.00 - 09.50 REHA		Seminare Infos & Buchung beim Personal	10.00 - 11.00 Uhr Fitnessboxen für Menschen mit Beeinträchtigung
				10.00 - 10.45 Fit im Alter			11.00 - 12.00 Kursspecials siehe Studioaushänge
		15.00 - 15.50 Combat Kids Safety Kids 3 - 6 Jahre	15.00 - 15.50 Zumba Kids Junior 3 - 6 Jahre	15.00 - 15.50 Combat Kids Safety Kids 3 - 6 Jahre			14.00 - 14.45 Bewegung/Sport für Menschen mit Demenz
16.00 - 16.50 Zumba Kids Junior 3 - 6 Jahre		16.00 - 16.50 Combat Kids Safety Kids 7 - 10 Jahre	15.50 - 16.40 Zumba Kids 7 - 11 Jahre	16.00 - 16.50 Combat Kids Safety Kids 7 - 10 Jahre	16.30 - 17.15 Sport Kids ab 2 Jahre		
17.00 - 17.50 Zumba Kids 7 - 11 Jahre		17.00 - 17.50 Combat Kids Pro Safety Kids Pro 7 - 10 Jahre	16.45 - 17.30 Eltern Kind Sport & Safety Kid ab 5 Jahre	17.00 - 17.50 Combat Kids Pro Safety Kids Pro 7 - 10 Jahre			
18.00 - 18.45 Eltern Kind Bootcamp ab 5 Jahre		18.00 - 18.50 Combat Teens Safety Teens 11 - 14 Jahre	17.30 - 18.20 Rücken & Bauch	18.00 - 18.50 Combat Teens Safety Teens 11 - 14 Jahre	18.30 - 19.30 REHA		
18.00 - 18.50 Bodystyling		19.15 - 20.00 Zumba	18.20 - 19.10 Bodystyling	19.15 - 20.00 Zumba Workout			
19.00 - 20.30 Yoga		20.00 - 21.00 Fitnessboxen					

*Update folgt

MO - FR 07.00 UHR BIS 22.00 UHR
SA & SO 08.30 UHR BIS 21.00 UHR

15.10.2024
Aktueller Kursplan auf www.limit-less.de
0209/81822722

*Bitte pünktlich erscheinen! 5 min. nach Beginn kein Einlass. Teilnahme auf eigenes Risiko, Verletzungsgefahr. Änderungen vorbehalten. Mindestteilnehmerzahl: 3