



# GRUPPENTRAININGSPLAN

**SV Budokai e.V.**

**gültig ab 09.07.2018**

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Blau	Rot	Blau	Rot	Blau	Rot	Blau	Rot	Blau	Rot
10:00-10:55 mobitrain® Andy		10:00-10:55 Rücken Fit Nancy		09:30-10:15 REHA Orthopädie Nancy		10:00-10:55 Fit im Alltag Doris		09:30-10:15 REHA Orthopädie Nancy	
11:00-11:55 Zumba Gold Sieglinde		11:00-11:45 mobitrain® Nancy		10:20-11:15 REHA Wirbelsäule Nancy				10:20-11:15 REHA Wirbelsäule Nancy	
				16:00-16:55 (5-7J.) Kindertanz Vicky		16:15-17:00 REHA Jacqueline			16:00-16:45 (3-4J.) Tänz. Früherziehung Karin
17:00-17:55 Zumba Theresa	17:00-17:55 Functional Training Felix		17:00-17:55 mobitrain® Felix	17:00-17:55 Young Dance Generation Vicky		17:00-17:55 REHA Wirbelsäule Jacqueline	17:30-18:25 Zumba Fitness Axel (alle 14 T.)	17:00-17:55 Bauch-Beine-Po Theresa	17:00-17:55 (5-7J.) Kindertanz Karin
18:00-18:55 Rückenschule Nancy	18:00-18:55 Indoor Cycling Theresa		18:00-18:55 Indoor Cycling Felix	18:00-18:55 Dance Aerobic Vicky	18:00-19:15 Yoga Ines	18:00-18:45 REHA Nancy		18:00-18:55 Piloxing Theresa	18:00-18:55 (ab 8J.) Kindertanz Karin
19:00-19:45 REHA Rücken Nancy		19:00-20:30 Showdance Fortgeschritten Karin				19:00-20:30 Showdance Fortgeschritten Karin	19:00-19:55 Indoor Cycling Nancy		



**Öffnungszeiten: MO-FR 09:00-21:00 / DI&DO 12:30-15:00 geschlossen / SA 10:00-15:00 SO 10:00-15:00 (Feiertags ganztägig geschlossen)**

**0345 - 780 98 94**