

# KURSPLAN TABBS AKTIV

Gültig ab Oktober 2020  
Änderungen vorbehalten!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		9.00 - 09:45 Uhr Body Forming Mit Rick Korsawi Kursraum aktiv		09:00 - 09:45 Uhr Yoga Mit Dorothee Ender Kursraum vital
10:00 - 10:45 Uhr Rückenfit		10:00 - 10:45 Uhr Rückenfit	10:00 - 10:45 Uhr Ganzkörperworkout	10:00 - 10:45 Uhr Wirbelsäulengymnastik
11:00 - 11:45 Uhr Aqua-Fitness Erlebnisbecken	11:00 - 11:45 Uhr Koordinationstraining	11:00 - 11:45 Uhr Aqua-Fitness Erlebnisbecken	11:00 - 11:30 Uhr Dehn Dich Frei	11:00 - 11:45 Uhr Aqua-Fitness Erlebnisbecken
	17:00 - 17:45 Uhr Rücken Fit		17:00 - 17:45 Uhr Wirbelsäulengymnastik	
18:00 - 18:45 Uhr Bauch-Beine-Po	18:00 - 18:45 Uhr Strong Nation ★	18:00 - 18:45 Uhr Bauch-Beine-Po	18:00 - 18:30 Uhr Dehn Dich Frei	
19:00 - 19:45 Uhr Functional Fitness	19:00 - 19:45 Uhr Aqua-Fitness Erlebnisbecken	19:00 - 19:45 Uhr Yoga Mit Dorothee Ender Kursraum vital	19:00 - 19:45 Uhr Strong Nation ★	19:00 - 19:45 Uhr Aqua Jogging

Öffnungszeiten  
Mo - Fr 09:00 - 21:00 Uhr  
Sa + So 10:00 - 18:00 Uhr

Telefon: 036259 673-20  
aktiv@tabbs.de

Bitte bringt Eure eigene Matte mit!



Exklusives Kursangebot.  
Nur mit 10 Karte/ Einzelkarte