

# **SPORTSCLUB** HAPPY SUNDAY

## JUNI

<b>Sonntag, 5.,</b>	<b>mit ELENA</b>	Raum
10.00-11.00h	<i>POWER YOGA</i>	S1
11.10-12.00h	<i>JUMPING</i>	S1
12.15-13.05h	<i>ZUMBA</i>	S1
<b>Sonntag, 12.,</b>	<b>mit HARDY</b>	
11.00-11.15h	<i>FUNCTIONAL TRAINING</i>	S1
11.30-12.30h	<i>BODY ART</i>	S1
<b>Sonntag, 19.</b>	<b>mit ESBEN</b>	
10.00-10.50h	<i>BODYWORK</i>	S1
11.00-11.50h	<i>EASY DANCE</i>	S1
12.00-12.50h	<i>EASY YOGA</i>	S1
<b>Sonntag, 26.</b>	<b>mit THERESA</b>	
10.00-10.50h	<i>PILATES</i>	S1
11.00-12.00h	<i>CARDIOSHAPE</i>	S1
12.10-12.40h	<i>STRETCH &amp; RELAX</i>	S1

Änderungen möglich

**Sonntag, 31.10.**

**TRAINER: Alex**

10.00-11.00h

**TABATA**

11.20-12.20h

**INDOOR CYCLE 2**

**Sonntag, 28.**

**TRAINER: OLLI**

10.00-10.50h

**JUMPING**

11.10-12.10h

**INDOR CYCLE INTERVALL**

12.30-13.30h

**RUNNING CLUB EINSTEIGER**

**Sonntag, 29.**

**mit ESSEN**

10.00-10.50h

**FREE PUMP**

S1

11.00-11.45h

**TABATA**

S1

12.00-12.50h

**EASY YOGA**

S1