

Kursplan Lahr

Gültig ab 18. Oktober 2021

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:30 Uhr NEU 1 WORLD Sarina 0:50	09:30 Uhr 1 Body Shape Bianca 0:50	09:30 Uhr 1 WORLD Workout Steffi 0:50	09:00 Uhr 2 Athletik Zirkel Eliz 0:50		10:00 Uhr 1 Body Shape Tanja 0:50	10:00 Uhr NEU 2 Yoga Marina S. 1:30
10:30 Uhr 1 Body Shape Sarina 0:50	09:30 Uhr LadyFit Zirkel 50+ Patrick 0:50	10:30 Uhr NEU 1 BODEGA reflow® Steffi 0:50	09:30 Uhr 1 Pilates Lina 0:50	09:30 Uhr 1 Body Shape Jule 0:50	11:00 Uhr 1 ZUMBA Tanja 0:50	10:00 Uhr 1 Joker Team 0:50
	10:00 Uhr 2 Athletik Zirkel Eliz 0:50		09:30 Uhr LadyFit Zirkel 50+ Patrick 0:50	10:30 Uhr 1 Wirbelsäulen Gym Jule 0:50		11:00 Uhr 1 Body Shape Team 0:50
	10:30 Uhr 1 Wirbelsäulen Gym Bianca 0:50		10:30 Uhr 1 Body Shape 60+ Eliz 0:50			



Kursteilnahme nur mit Anmeldung vorab
Über die App, Homepage oder unter 07821 4010

17:00 Uhr 1 Wirbelsäulen Gym Manuela 0:50	17:00 Uhr 1 Wirbelsäulen Gym Manuela 0:50		17:00 Uhr NEU 1 Muscle Fire Eliz 0:50	17:00 Uhr 1 Body Shape Irina 0:50
18:00 Uhr 1 Body Shape Manuela 0:50	18:00 Uhr 1 BODEGA moves® Steffi 0:50	18:00 Uhr 1 Body Shape Doris 0:50	18:00 Uhr 1 Step Mittelstufe Sarina 0:50	17:00 Uhr 2 Blackroll® & Mobilisation Lukas 0:20
18:30 Uhr 2 Crunch Herbert 0:20	18:00 Uhr 2 ZUMBA Kristina 0:50	18:30 Uhr NEU 2 TRX Lukas 0:20	19:00 Uhr 1 Body Shape Sarina 0:50	17:30 Uhr 2 TRX Lukas 0:20
19:00 Uhr 1 Pilates Valentina 0:50	19:00 Uhr 1 WORLD Steffi 0:45	19:00 Uhr 1 Step 2 Doris 0:50	19:00 Uhr 2 ZUMBA Jessica 0:50	18:00 Uhr 1 WORLD Roxana 0:50
19:00 Uhr 2 Thai Bo Herbert 0:50	19:55 Uhr NEU 1 WORLD Workout Steffi 0:45	19:00 Uhr 2 Vinyasa Power Yoga Ela 1:10	20:00 Uhr 1 Body Shape Jessica 0:50	18:00 Uhr NEU 2 Athletik Zirkel Eliz 0:50
20:00 Uhr 1 ZUMBA Jessica 0:50	20:00 Uhr NEU 2 Cycling 🚲 Joe 1:25	20:15 Uhr 2 Cycling 🚲 Andy 1:25		19:00 Uhr NEU 1 Tabata Workout Roxana 0:50

DIE APP ZUM CLUB

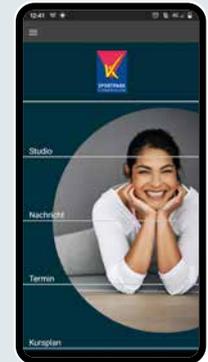
1. APP RUNTERLADEN
SUCHE IM APP STORE NACH
„CLUBCONNECTOR“.
DU ERKENNST DIE APP
AN DIESEM LOGO:



2. QR CODE SCANNEN
STARTE DIE APP UND SCANNE
DEN CODE DEINES CLUBS:



SPORTPARK LAHR



Aktueller Vertretungsplan unter
www.sportpark-fitness.de