

Winter-Frühjahr Kursplan ab 08. Jan. 2012



Öffnungszeiten:

Mo-Fr.: 9:00-22:00

Sa.: 12:00-20:00

So, FT: 09:00-18:00

KANTO SPORTS

Bei den Thermen 2

72574 Bad Urach

Telefon: 07125 - 94 36 41

Internet: www.albthermen.de

e-mail: info@albthermen.de



🕒	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	🕒	SAMSTAG	SONNTAG
09:30	Fit in den Morgen	Rücken "and more"		Effective Fat-Burner Zirkel	SPINNING FATBURNER	10:00 - 11:00	Andy Lorenz Med. Trainingstherapie bis 14:00 Uhr	Hot Iron
10:30	Power Mix	Step, Cardio Workout			Surprise	11:00 - 12:00		
17:30	Bauch / Beine/ Po Dani	Bauch Intensiv						
18:00	Aerobic	Aqua Fitness		Aqua Fitness	Bauch/Beine/Po 18:00-18:30	15:00 - 16:00	Effective Fat-Burner Zirkel	
19:00	Hot Iron	Yoga	SPINNING Pulsgesteuert	Tae Bo	Power Dumbbell 18:30-19:30			
20:00	SPINNING Pulsgesteuert		SPINNING INTERVALL Pulsgesteuert		SPINNING INTERVALL 19:30-20:30 Uhr			
21:00								
	<p>Kinderbetreuung: Mo. Mi. Fr. : 09:00 - 12:00 Uhr An Feiertagen finden keine Kurse / Kinderbetreuung statt! Kurse finden ab 3 Teilnehmern statt!</p>						<p><i>Bitte beachten Sie die Aushänge Infotafel !</i></p>	