

# Kursplan 2019

GÜLTIG AB

01.03.19

TV 1861 AMBERG  
**balance**  
 BEWEGUNG. GESUNDHEIT. FITNESS.

AM SCHANZL 11 • 92224 AMBERG • T 78 58 48 • WWW.BALANCE-AMBERG.DE

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	Sonntag
			9:10 Reha 45 min. RAUM D		9:10 Reha 45 min. RAUM A		9:10 Pilates Basic 45 min. RAUM A	9:10 Bodystyle 45 min. RAUM A	9:10 Reha RAUM D		9:15 Cycling RAUM B
10:00 Pilates RAUM A	10:00 Reha RAUM D	10:00 Reha RAUM A	10:15 Reha RAUM D		10:00 Reha RAUM A		10:00 Stretch Basic 45 min. RAUM A		10:15 Reha RAUM A		10:15 Sunday-Special RAUM A
17:15 Yoga RAUM A	17:15 Hot Iron RAUM D										10:45 Cycling Beginner 45 min. RAUM B
	17:30 Reha RAUM C		17:30 Jumping Fitness RAUM A	17:00 Reha RAUM D	17:30 HIT RAUM A	17:00 Combat RAUM D		17:00 Bauch-Beine-Po RAUM C			
18:30 funktionelles Rückentraining RAUM A	18:30 Cycling RAUM B	18:00 Reha RAUM C	18:30 Fatburner Step RAUM A	18:00 Reha 45 min. RAUM C	18:30 Pilates RAUM D	18:00 Yoga RAUM A	18:30 Reha RAUM C		18:30 Cycling RAUM B		
	18:30 Reha RAUM D	18:30 Zumba RAUM D			18:45 Cycling RAUM B						
	19:30 Buti-Yoga RAUM D					19:10 Jumping Fitness RAUM A	19:30 Reha 45 min. RAUM D				

RAUM A | yogaliebe

RAUM B | cyclefit

RAUM C | bodystyle

RAUM D | tanzgefühl

An gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse statt.