

Kursprogramm (Halle / Indoor-Cycling)

KSC Frauenau e.V.

ab 07.06.2021

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|---|
| VORMITTAG | | | | |
| | | | 9:00 - 10:00 KSC - Mix | |
| NACHMITTAG | | | | |
| 17.00 - 18.00 Uhr Jumping Fitness® | | 17.00 - 18.00 Uhr Step Aerobic | | 17.15 - 17.45 Uhr Hits for Kids (ONLINE!) |
| 18.00 - 19.00 Uhr Athletik | 18.00 - 18.40 Uhr Hula Hoop | 18.00 - 18.45 Uhr HIIT | | |
| 19.00 - 20.00 Uhr Reha-Sport | | 19.00 - 20.00 Uhr Reha-Sport | 19.00 - 20.00 Uhr Indoor-Cycling | |

Anmeldung über Classi App erforderlich (ausgenommen Online-Kurse/Reha-Sport)!

Hygiene- & Lüftungskonzept beachten!