

# Kursplan

23.10.2017 - 29.10.2017

**Aktivita Geseke**  
 Schneidweg 12  
 59590 Geseke  
 02942 985861  
 info@aktivita-geseke.de



Montag 23.10.2017	Dienstag 24.10.2017	Mittwoch 25.10.2017	Donnerstag 26.10.2017	Freitag 27.10.2017	Samstag 28.10.2017	Sonntag 29.10.2017
09:30 - 10:45 Aktiv Zirkel	09:30 - 10:30 Ü 50 Zirkel	08:30 - 09:30 Nordic Walking	08:00 - 09:15 Aktiv Zirkel	09:30 - 10:30 Wirbelsäule		
09:45 - 10:30 Rehasport	10:30 - 11:30 Ü 50 Zirkel	10:00 - 10:45 Rehasport	09:15 - 10:30 Aktiv Zirkel	16:00 - 16:45 Rehasport		
10:45 - 11:30 Rehasport	14:45 - 16:45 Ballett 6-8	11:00 - 11:45 Rehasport	10:45 - 11:30 Rehasport	17:30 - 18:30 BodyPump		
14:30 - 15:30 Ballett 4-6	17:00 - 17:45 Rehasport	14:45 - 18:00 Ballett 7 <	17:00 - 17:45 Rehasport	18:30 - 19:30 Indoor Cycling		
17:00 - 17:45 Rehasport	18:00 - 18:45 Rehasport	18:00 - 19:00 Zumba	18:00 - 18:45 Rehasport	19:00 - 21:00 Wing Tsun		
17:55 - 18:55 Wirbelsäule	19:00 - 20:00 Body Styling	19:00 - 19:15 Bauch-Kompakt	18:30 - 20:00 Fit & Aktiv			
18:00 - 19:00 Zumba	19:00 - 19:45 Rehasport	19:15 - 20:15 Indoor Cycling	20:00 - 21:30 Fit & Aktiv			
19:00 - 20:00 Indoor Cycling		19:15 - 20:15 BodyPump				
19:00 - 19:15 Bauch-Kompakt						

- Ausdauer
- Ballett
- Dance & Fun
- Figur
- Gesundheit

Stand: 24.10.2017

# Kursplan

23.10.2017 - 29.10.2017

**Aktivita Geseke**  
Schneidweg 12  
59590 Geseke  
02942 985861  
info@aktivita-geseke.de



Montag 23.10.2017	Dienstag 24.10.2017	Mittwoch 25.10.2017	Donnerstag 26.10.2017	Freitag 27.10.2017	Samstag 28.10.2017	Sonntag 29.10.2017
<div data-bbox="107 371 371 453" style="background-color: red; color: white; padding: 5px;">19:15 - 20:15 BodyPump</div>						

- Ausdauer
- Ballett
- Dance & Fun
- Figur
- Gesundheit

Stand: 24.10.2017