

Kursplan

27.06.2022 - 03.07.2022

Carstens Gesundheitstraining
 Im Gleisdreieck 29
 23566 Lübeck
 0451 / 58 53 993
 info@carstens-gesundheitstraining.de



Montag 27.06.2022	Dienstag 28.06.2022	Mittwoch 29.06.2022	Donnerstag 30.06.2022	Freitag 01.07.2022	Samstag 02.07.2022	Sonntag 03.07.2022
<p>09:00 - 10:00 Sanfte Fitnessgymna... Monika</p> <p>10:15 - 11:15 Qigong für Einsteig... Manfred</p> <p>17:00 - 18:00 Rücken, Pilates & F... Astrid</p> <p>18:00 - 19:00 GRT & BBP Astrid</p> <p>19:00 - 20:00 Zumba® Jonathan</p>	<p>09:00 - 10:00 Figurtraining Bec... Monika</p> <p>10:15 - 11:15 Qigong sanfte Deh... Manfred</p> <p>12:00 - 13:00 Therafit Ortho Nele</p> <p>16:00 - 17:00 Yoga, Rücken & Gele... Sahra</p> <p>17:00 - 18:00 Yin & Yang Yoga F... Sahra</p> <p>18:00 - 18:45 FIVE® GYMNASTIK Lukas</p> <p>19:00 - 20:00 Functional Workout Astrid</p>	<p>09:00 - 10:00 Sanfte Gymnastik, R... Angela</p> <p>10:00 - 11:00 GRT & BBP Angela</p> <p>17:30 - 18:30 Qigong Tai Chi Manfred</p> <p>19:00 - 20:00 Figurtraining Bec... Monika</p>	<p>09:00 - 10:30 Yoga Sahra</p> <p>11:00 - 12:00 Pilates für Einstei... Nele</p> <p>12:00 - 13:00 Therafit Neuro Nele</p> <p>17:00 - 18:00 Pilates Faszien Beate</p> <p>18:15 - 19:30 Yin&Yang Yoga Beate</p>	<p>09:00 - 10:00 Wirbelsäulengymnast... Angela</p> <p>10:00 - 11:00 GRT & BBP Angela</p> <p>14:45 - 15:30 Core Yoga Birte</p> <p>15:30 - 16:15 Yoga Basic Birte</p> <p>16:30 - 17:30 Zumba® Jonathan</p>	<p>12:00 - 13:15 Selbstverteidigung Manni</p>	<p>11:00 - 12:15 Yoga Beate</p> <p>11:00 - 12:15 Yoga Birte</p>

■ Fitness & Muskel...
 ■ Rehasport
 Trainingsfläche
 Yoga & Entspannu...

Stand: 30.06.2022