

# Kursplan: Kursraum

21.06.2021 - 27.06.2021

Carstens Gesundheitstraining  
 Im Gleisdreieck 29  
 23566 Lübeck  
 0451 / 58 53 993  
 jenscarstens@t-online.de



Montag 21.06.2021	Dienstag 22.06.2021	Mittwoch 23.06.2021	Donnerstag 24.06.2021	Freitag 25.06.2021	Samstag 26.06.2021	Sonntag 27.06.2021
<p>09:00 - 10:00 Sanfte Fitnessgymna... Monika</p> <p>10:00 - 11:00 Pilates   Faszien Johanna</p> <p>17:00 - 18:00 Rücken, Pilates &amp; F... Astrid</p> <p>18:00 - 19:00 GRT &amp; BBP Astrid</p> <p>19:00 - 20:00 Zumba® Jonathan</p>	<p>09:00 - 10:00 Figurtraining   Bec... Monika</p> <p>16:00 - 17:00 Yoga, Rücken &amp; Gele... Sahra</p> <p>17:00 - 18:00 Yin &amp; Yang Yoga   F... Sahra</p> <p>18:00 - 19:00 Pilates Akiko</p> <p>19:00 - 20:00 Functional Workout Astrid</p>	<p>08:30 - 09:30 Sanfte Fitnessgymna... Angela</p> <p>09:30 - 10:30 Sanfte Gymnastik, R... Angela</p> <p>10:30 - 11:30 GRT &amp; BBP Angela</p> <p>17:00 - 18:00 Qigong   sanfte Deh... Manfred</p> <p>18:00 - 19:00 Qigong Manfred</p> <p>19:00 - 20:00 Figurtraining   Bec... Monika</p>	<p>09:00 - 10:30 Tri Yoga Sahra</p> <p>17:00 - 18:00 Pilates   Faszien Beate</p> <p>18:15 - 19:30 Yin&amp;Yang Yoga Verena</p>	<p>09:00 - 10:00 Wirbelsäulengymnast... Angela</p> <p>10:00 - 11:00 GRT &amp; BBP Angela</p> <p>11:00 - 12:00 Rehasport Wiebke</p> <p>12:00 - 13:00 Rehasport Wiebke</p> <p>15:00 - 15:45 Core Yoga Kim</p> <p>15:45 - 16:30 Yoga Basic</p> <p>16:45 - 17:45 Zumba® Jonathan</p>		<p>11:00 - 12:15 Yoga Beate</p> <p>11:00 - 12:15 Yoga Birte</p>

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

Stand: 25.06.2021