

# Kursplan: Saunabereich

01.03.2021 - 07.03.2021

Fitness and more  
Galgenbergsweg 2  
24589 Nortorf  
04392- 91 40 67  
fam@fiamo.de



Montag 01.03.2021	Dienstag 02.03.2021	Mittwoch 03.03.2021	Donnerstag 04.03.2021	Freitag 05.03.2021	Samstag 06.03.2021	Sonntag 07.03.2021
09:30 - 10:45 Saunabereich	09:30 - 10:45 Saunabereich	09:30 - 10:45 Saunabereich	09:30 - 10:45 Saunabereich	09:30 - 10:45 Saunabereich	13:00 - 14:30 Saunabereich	11:00 - 12:00 Saunabereich
11:00 - 12:00 Saunabereich	11:00 - 12:00 Saunabereich	11:00 - 12:00 Saunabereich	11:00 - 12:00 Saunabereich	11:00 - 12:00 Saunabereich	14:45 - 16:00 Saunabereich	12:15 - 13:15 Saunabereich
15:30 - 16:45 Saunabereich	15:30 - 16:45 Saunabereich	15:30 - 16:45 Saunabereich	15:30 - 16:45 Saunabereich	15:30 - 16:45 Saunabereich		13:30 - 15:00 Saunabereich
17:00 - 18:15 Saunabereich	15:30 - 16:45 Saunabereich	17:00 - 18:15 Saunabereich	17:00 - 18:15 Saunabereich	17:00 - 18:15 Saunabereich		
18:30 - 19:45 Saunabereich	17:00 - 18:15 Saunabereich	18:30 - 19:45 Saunabereich	18:30 - 19:45 Saunabereich	17:00 - 18:15 Saunabereich		
20:00 - 21:30 Saunabereich	18:30 - 19:45 Saunabereich	20:00 - 21:30 Saunabereich	20:00 - 21:30 Saunabereich	18:30 - 19:45 Saunabereich		
	20:00 - 21:30 Saunabereich			20:00 - 21:30 Saunabereich		

- BBP
- Fitnessboxen
- HIIT
- Mama & Baby
- Pilates
- Bootcamp
- Flexi-Bar, BBP
- Indoor Cycling
- Pilates
- Bungee Fitness
- Functional Step ...
- Jumping Fitness
- Reha
- DeepWork
- Gesunder Rücken
- Langhantel-Worko...
- Rückenfit

Stand: 01.03.2021