

# Kursplan

21.06.2021 - 27.06.2021

INJOY Soest  
 Elfser Weg 14  
 59494 Soest  
 02921 / 76200  
 info@injoy-soest.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
09:30 - 10:25 Body Fit	09:30 - 10:25 Body Fit	09:00 - 09:45 Wirbelsäulengymnast...	10:00 - 10:15 15 min. Bauchtraini...	09:30 - 10:25 Muscle Pump	10:00 - 10:55 Zumba®	10:30 - 10:45 15 min. Bauchtraini...
10:00 - 10:15 15 min. Bauchtraini...	10:00 - 10:15 15 min. Bauchtraini...	10:00 - 10:15 15 min. Bauchtraini...	10:30 - 11:25 Yoga	10:00 - 10:15 15 min. Bauchtraini...	11:00 - 11:15 15 min. Bauchtraini...	11:00 - 11:55 Cycling Intervall
10:00 - 11:00 Trainings- & Ernähr...	10:30 - 11:25 Cycling Intervall	10:00 - 10:50 Pilates	17:00 - 17:15 15 min. Bauchtraini...	10:30 - 11:25 Cycling Fatburner		12:15 - 13:10 Muscle Pump
10:30 - 11:25 Pilates	10:30 - 11:00 BALLance	11:00 - 11:45 Wirbelsäulengymnast...	18:00 - 18:55 Body Fit	10:30 - 11:25 Yoga		
17:00 - 17:55 Zumba®	17:00 - 17:15 15 min. Bauchtraini...	12:00 - 12:30 BALLance	18:00 - 18:45 Faszientraining	18:00 - 18:55 Body Fit		
18:00 - 18:15 15 min. Bauchtraini...	17:30 - 18:25 Yoga	18:00 - 18:15 15 min. Bauchtraini...	19:00 - 19:15 15 min. Bauchtraini...	19:00 - 19:15 15 min. Bauchtraini...		
18:00 - 18:55 B.O.P.	18:30 - 19:25 B.O.P.	18:00 - 19:15 Yoga	19:00 - 19:55 Zumba®	19:00 - 19:55 Cycling Intervall		
18:30 - 19:00 Cycling Fatburner	18:30 - 19:30 Stoffwechsellkur	18:00 - 18:55 Strong & Fit	19:00 - 19:30 BALLance			
18:30 - 19:00 BALLance	19:00 - 19:15 15 min. Bauchtraini...	19:00 - 19:45 Rücken Fit	19:15 - 20:10 Cycling Fatburner			
19:00 - 19:55 Step	19:30 - 20:30 Trainings- & Ernähr...	19:15 - 20:30 Yoga				
19:15 - 20:10 Cycling Intervall	19:30 - 20:30 Cycling Fatburner	20:00 - 20:15 15 min. Bauchtraini...				

Figur- & Muskelt...
  Herz-Kreislauf T...
  Rückentraining
  Yoga & Pilates

Stand: 24.06.2021

# Kursplan

21.06.2021 - 27.06.2021

INJOY Soest  
Elfer Weg 14  
59494 Soest  
02921 / 76200  
info@injoy-soest.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
<div data-bbox="114 375 371 453">20:00 - 20:15 15 min. Bauchtraini...</div>						

 Figur- & Muskelt...  Herz-Kreislauf T...  Rückentraining  Yoga & Pilates

Stand: 24.06.2021