

Fitnessprogramm Happyland

ab 7. Jänner bis 12. April 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						Aqua Events 1x/Monat
		09:00 - 09:50 Pilates mit Ball mit Jelena			09:00 - 09:50 Balance & Zirkel Training mit Marion	
10:30 - 11:15 Aqua Gym mit Helga		10:00 - 10:50 Bodywork, Mobi- lisation & Stretch mit Jelena	10:10 - 10:55 Aqua Fit mit Katja		10:00 - 10:50 Rückenfit & Stretch mit Jelena	10:10 - 10:55 Aqua Fit mit Milena
11:30 - 12:15 Aqua Gym mit Helga	11.10 - 11.55 Aqua Fit mit Jelena				11:00 - 11:50 Pilates mit Ball mit Jelena	11:10 - 11:55 Aqua Minis mit Milena
18:10 - 18:55 Aqua Fit mit Helga						
		19:10 - 19:55 Aqua Fit mit Marion				