

# Kursplan

21.01.2019 - 27.01.2019

SFC Magdeburg  
Alt Fermersleben 2  
39122 Magdeburg  
0391 - 40 15 461  
info@sfc-md.de



Montag 21.01.2019	Dienstag 22.01.2019	Mittwoch 23.01.2019	Donnerstag 24.01.2019	Freitag 25.01.2019	Samstag 26.01.2019	Sonntag 27.01.2019
<p>09:15 - 10:15 Rehasport</p> <p>09:30 - 10:25 Body Work</p> <p>10:30 - 11:00 Stretching</p> <p>11:00 - 12:00 Rehasport</p> <p>17:00 - 17:55 Body Work</p> <p>18:00 - 18:55 Power Rücken</p> <p>18:00 - 18:55 Spinning® Classic*</p>	<p>09:30 - 10:25 WSG</p> <p>10:30 - 11:25 WSG</p> <p>14:30 - 15:30 Rehasport</p> <p>16:30 - 17:25 Zumba</p> <p>17:00 - 18:00 Rehasport</p> <p>17:00 - 18:00 Rehasport</p> <p>17:30 - 18:00 Les Mills CX WORX</p> <p>18:00 - 18:55 BODYJAM</p>	<p>09:30 - 10:25 Body Work</p> <p>09:30 - 10:30 Rehasport</p> <p>10:30 - 11:25 Pilates</p> <p>13:00 - 14:00 Rehasport</p> <p>16:30 - 17:25 BODYPUMP</p> <p>17:30 - 18:00 Les Mills CX WORX</p> <p>18:00 - 18:55 Power Rücken</p>	<p>09:30 - 10:25 Gesund &amp; Fit</p> <p>14:00 - 15:00 Rehasport</p> <p>15:00 - 16:00 Rehasport</p> <p>16:00 - 17:00 Rehasport</p> <p>17:00 - 18:00 Rehasport</p> <p>18:00 - 18:55 STEP Aerobic</p> <p>18:15 - 19:45 Yoga</p>	<p>09:30 - 10:25 BODYBALANCE</p> <p>10:30 - 11:25 Power Rücken</p> <p>14:00 - 15:00 Rehasport</p> <p>15:00 - 16:00 Rehasport</p> <p>17:00 - 17:30 Les Mills Grit Seri...</p> <p>17:45 - 18:15 Les Mills CX WORX</p> <p>18:30 - 19:25 BODYJAM</p>	<p>10:00 - 10:55 BODYPUMP</p>	<p>10:00 - 10:55 Body Work</p> <p>10:00 - 10:55 Spinning® Bergland*...</p> <p>17:00 - 17:55 BODYJAM</p> <p>18:00 - 18:55 BODYPUMP</p>


















Ausdauer  
 Kinderbetreuung

Figur & Kraft  
 Reha

Fun & Dance

Gesundheit, Ents...

Stand: 23.01.2019

Montag 21.01.2019	Dienstag 22.01.2019	Mittwoch 23.01.2019	Donnerstag 24.01.2019	Freitag 25.01.2019	Samstag 26.01.2019	Sonntag 27.01.2019
<p>19:00 - 19:55 Yoga</p>  	<p>18:00 - 18:55 Spinning® Berg- und...</p>  	<p>18:15 - 19:10 Body Work</p> 	<p>18:30 - 19:25 Spinning® Classic*</p> 	<p>18:30 - 19:25 Spinning® Berg- und...</p>  		
<p>19:00 - 19:55 BODYCOMBAT</p> 	<p>18:00 - 18:30 KG-KNIE</p>	<p>18:30 - 19:25 Spinning® Bergland*...</p> 	<p>19:00 - 19:55 BODYPUMP</p> 	<p>18:30 - 19:30 FASZIEN GYMNASTIK</p>		
<p>20:15 - 20:45 TRX</p>	<p>18:30 - 19:00 KG-SCHULTER</p>	<p>19:00 - 20:00 Rehasport</p> 				
	<p>19:00 - 19:55 Pilates</p>  	<p>19:15 - 20:10 BODYBALANCE</p> 				
	<p>19:00 - 19:55 BODYCOMBAT</p> 					
	<p>20:00 - 20:55 BODYPUMP</p> 					

-  Ausdauer
-  Figur & Kraft
-  Fun & Dance
-  Gesundheit, Ents...
-  Kinderbetreuung
-  Reha