



Sommerprogramm 2020 Union Vital



	<u>Montag</u>			<u>Dienstag</u>			<u>Mittwoch</u>			<u>Donnerstag</u>		
	Uhrzeit	Kursangebot	Kursraum	Uhrzeit	Kursangebot	Kursraum	Uhrzeit	Kursangebot	Kursraum	Uhrzeit	Kursangebot	Kursraum
29.06.2020 bis 03.07.2020	19.00-19.45 20.00-20.45	Männerfitness Step,BOP&more		18.00-18.45	Pilates		08.00-08.45 09.00-09.45 18.00-18.45 19.00-19.45	Pilates L.D., Workout L.D. -Zumba Energie-Yoga		19.00-19.45 19.00-20.30	Spinning Eat-Sport	
06.07.2020 bis 10.07.2020	18.00-18.45 19.00-19.45	Männerfaszien Tabata		18.00-18.45	Balancefit		08.00-08.45 09.00-09.45 18.00-18.45 19.00-20.30	Energie-Yoga L.D.- Zumba Yogilates Männer-Pilates		18.00-18.45 19.00-20.30	Full-Body Eat-Sport	
13.07.2020 bis 17.07.2020	19.00-19.45 20.00-20.45	Männerfaszien Step,BOP&more		18.00-18.45	Pilates		08.00-08.45 09.00-09.45 18.00-18.45 19.00-19.45	Power Pilates Balancefit BOP Energie-Yoga		19.00-19.45	Spinning	
20.07.2020 bis 24.07.2020	18.00-18.45 19.00-19.45	BOP -Tabata Body-Cross		18.00-18.45	Hiit		10.00-10.45 18.00-18.45 19.00-19.45	Faszienfit L.D. Workout Spinning		18.00-18.45 19.30-20.15	Six-Pack /AB MännerPilates	
27.07.2020 bis 31.07.2020	18.00-18.45 19.00-19.45	Latin.Dance Hard-Workout		18.00-18.45	Hiit		10.00-10.45 18.00-18.45	MoveFit Bodyworkout		18.00-18.45 19.00-19.45	Tai-Kick-Box MännerPilates	
03.08.2020 bis 07.08.2020	18.00-18.45 19.00-19.45	Work-Deep Body-Cross		18.00-18.45	Spinning 50+ (Einsteiger)		10.00-10.45 18.00-18.45 19.00-19.45	Faszienfit L.D. Workout Spinning		18.00-18.45 19.00-19.45	Botty-Workout MännerPilates	

L.D. = Latin Dance / Eat-Sport = Essen und Sport