

Kursplan

29.11.2021 - 05.12.2021

INJOY med Dresden
 Glashütter Straße 101
 01277 Dresden
 0351 / 317921 2
 info@injoymed-dresden.de



Montag 29.11.2021	Dienstag 30.11.2021	Mittwoch 01.12.2021	Donnerstag 02.12.2021	Freitag 03.12.2021	Samstag 04.12.2021	Sonntag 05.12.2021
<p>15:00 - 15:45 Reha</p> <p>18:15 - 18:45 LesMills Core® (Onl... Sarah/ Andreas</p> <p>19:00 - 20:00 LesMills BodyPump® ... Andreas, Sarah</p>	<p>18:00 - 19:00 Zumba® (Online) Pauline</p> <p>18:00 - 19:00 Freeyoga (Online) Madeleine</p> <p>20:00 - 20:45 Reha</p> <p>20:15 - 21:15 Yoga (Online) Caro</p>	<p>15:00 - 15:45 Reha</p> <p>18:30 - 19:30 FITWOCH (Online) Sarah</p>	<p>11:30 - 12:15 Reha</p> <p>17:15 - 18:00 Bauch-Beine-Po (Onl... Alexandre</p> <p>18:00 - 18:45 Reha</p> <p>18:15 - 19:15 LesMills BodyBalanc... Odile</p>	<p>10:00 - 10:45 Reha</p> <p>18:15 - 19:00 Zumba® (Online) Sophie</p>		

- Herz-/Kreislauf...
- Hygienepause
- Kraft-/Muskeltra...
- Reha-Sport
- Rückentraining
- Yoga, Pilates, Q...

Stand: 02.12.2021