

# Ruby GYM - Kursplan

Trainingszeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Trainingszeiten	Samstag
08-13 Uhr			10:30-11:30 Krabbel-Club (bis 2 <sup>1/2</sup> Jahre)			10-13 Uhr	13 <sup>00</sup> - 13 <sup>30</sup> Uhr <b>Blackroll®</b> <b>Mobility</b>
15-20 Uhr	17 <sup>30</sup> - 18 <sup>00</sup> Uhr <b>BauchExpress</b>	18 <sup>00</sup> - 18 <sup>30</sup> Uhr <b>PowerZirkel</b>	20.03 17 <sup>30</sup> -18 <sup>30</sup> Uhr <i>TA Ernährung</i>		19 <sup>00</sup> - 19 <sup>45</sup> Uhr <b>PowerPilates</b>	15-18 Uhr	
20-21 Uhr		12.03 & 26.03 Yoga 19.03 <i>Blackroll®Mobility</i>		20 <sup>00</sup> - 21 <sup>00</sup> <b>RückenFIT</b>			
<b>Für mehr Infos zu den Kursinhalten spricht unsere Trainerinnen an</b>							
Gültigkeit ab: 01.03.2019 (Änderungen vorbehalten)							

