

Montag

WSG	10.15 - 11.15 Uhr
Yoga ☀	17.30 - 18.30 Uhr
WSG	18.30 - 19.30 Uhr
Bodyworkout ☀	19.45 - 20.45 Uhr

Dienstag

Yoga ☀	9.00 - 10.00 Uhr
AOK Rückenfit	11.00 - 12.00 Uhr
Indoor Cycling	17.30 - 18.30 Uhr
TRX	18.30 - 19.30 Uhr

Mittwoch

WSG	9.15 - 10.15 Uhr
Strong ☀	18.00 - 19.00 Uhr
WSG	19.30 - 20.30 Uhr
Crosstraining ☀	19.30 - 20.30 Uhr

Donnerstag

Yoga ☀	9.00 - 10.00 Uhr
Osteoporose	10.15 - 11.00 Uhr
Bauch Total ☀	17.00 - 17.30 Uhr
Zumba ☀	18.00 - 19.00 Uhr
AOK Funktionstraining	19.30 - 20.30 Uhr

Freitag

Flexibar ☀	9.15 - 10.00 Uhr
Yoga ☀	17.00 - 18.00 Uhr
Indoor Cycling	17.30 - 18.30 Uhr
Crosstraining ☀	18.30 - 19.30 Uhr

Samstag

Yoga ☀	10.00 - 11.00 Uhr
--------	-------------------

Sonntag

Bodyworkout ☀	11.00 - 12.00 Uhr
---------------	-------------------



Alle Kurse sind auf 6 Teilnehmer begrenzt!

Kann bei gutem Wetter draußen stattfinden (ohne Anmeldung!)

Coming soon

Reha - Kurse
Nordic Walking

Anmelden könnt ihr euch unter

05551 912 666

oder per Mail an

info@gym80-northeim.de