

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
10:00	<b>Complete Body Workout</b>	<b>ZUMBA® fitness</b>	<b>Rücken Balance</b>	<b>BBRP</b>	<b>Rücken Power</b>	<b>Complete Body Workout</b>	<b>Po Shaping</b>	10:00
10:30	Katja Ö. 10:00	Anna-Maria H. 10:00	Anke Sch. 10:30	Szilvia A. 10:00	Katrin B. 10:00	Frank H./ Natalie H. 10:00	Maria S. 10:00 <b>Bauch Express</b>	10:30
11:00	<b>Bodyfit</b>	<b>BBRP</b>	<b>Energy Dance</b>	<b>Step Fatburner</b>	<b>Complete Body Workout</b>	<b>Fatburner</b>	<b>Complete Body Workout</b>	11:00
11:30	Katja Ö. 11:00	Katja Ö./ Jana H. 11:00	Anke Sch. 11:30	Szilvia A. 11:00	Yvonne S. 11:00	Frank H./ Natalie H. 11:00	Maria S. 11:00	11:30
12:00	<b>Rücken Balance</b>	<b>Soft Fitness</b>			<b>Bodyfit</b>	<b>Bodyfit</b>	<b>Step Fatburner</b>	12:00
12:30	Anna-Maria H. 12:00	Katja O./ Jana H. 12:00			Polina T. 12:00	N.N./ Izabela L. 12:00	Maria S. 12:00	12:30
13:00	<b>Physio Fitness</b>	<b>Autogenes Training</b>		<b>BBRP</b>	<b>BBRP</b>	<b>BBRP</b>	<b>ZUMBA® fitness</b>	13:00
13:30	Anna-Maria H. 13:00	(21.04. - 09.06.) Anmeldung erforderlich		Andrea H. 13:00	Polina T. 13:00	N.N./ Izabela L. 13:00	Natalja E. 13:00	13:30
14:00	<b>BBRP</b>	<b>Jule W.</b>		<b>Complete Body Workout</b>	<b>HIIT</b>	<b>Tough Class</b>	<b>Bodyfit</b>	14:00
14:30	Hatem H. 14:00	13:00		Andrea H. 14:00	Natalie H. 14:00 <b>Bauch Express</b>	Mustapha B./ Maria S. 14:00	Dorothea D. 14:00	14:30
15:00	<b>FASZIO</b>		<b>BBRP</b>	<b>ZUMBA® fitness</b>	<b>Tough Class</b>	<b>Complete Body Workout</b>	<b>BBRP</b>	15:00
15:30	Hatem H. 15:00		Petra B. 15:00	Silviya L. 15:00	Natalie H. 15:00	Mustapha B./ Maria S. 15:00	Dorothea D. 15:00	15:30
16:00	<b>Complete Body Workout</b>	<b>Hip Hop</b>	<b>HIIT</b>	<b>Abenteuer Bewegung</b>	<b>Step Fatburner</b>	<b>ZUMBA® fitness</b>		16:00
16:30	Francoise L. 16:00	ab 8 Jahre Kalidou B. 16:00	Jana H. 16:00 <b>Po Shaping</b>	4-6 Jahre Benita S./ Martina L. 16:00	Svenja O. 16:00	Paulina G./ Natalja E. 16:00		16:30
17:00	<b>Tough Class</b>	<b>BBRP</b>	<b>ZUMBA® fitness</b>	<b>Abenteuer Bewegung</b>	<b>Complete Body Workout</b>			17:00
17:30	Francoise L. 17:00	Patrycja S. 17:00	Rosemery S. 17:00	ab 5 Jahre Benita S./ Martina L. 17:00	Svenja O. 17:00			17:30
18:00	<b>BBRP</b>	<b>Tough Class</b>	<b>Complete Body Workout</b>	<b>deepWORK™</b>	<b>Fatburner</b>		<b>Complete Body Workout</b>	18:00
18:30	Simone L. 18:00	Mustapha B. 18:00	N.N. 18:00	Liane D. 18:00	Chaouki E.M. 18:00		Wiebke M.-B./ Natalie H. 18:00	18:30
19:00	<b>Step Fatburner</b>	<b>Complete Body Workout</b>	<b>Rücken Power</b>	<b>Bodyfit</b>	<b>BBRP</b>		<b>Bodyfit</b>	19:00
19:30	Simone L. 19:00	Mustapha B. 19:00	N.N. 19:00	Liane D. 19:00	Chaouki E.M. 19:00		Wiebke M.-B./ Natalie H. 19:00	19:30
20:00	<b>Bodyfit</b>	<b>Fatburner</b>	<b>Fit Fight</b>	<b>Complete Body Workout</b>				20:00
20:30	Thoya U. 20:00	(80 Minuten) Mihaela K. 20:00	Basic/Technik Tanja M. 20:00	Simone L./ Natalie H. 20:00				20:30
21:00				<b>HIIT</b>				21:00
21:30				Simone/Natalie 21:00				21:30

# Gym 1

● Angebot sehr gut besucht

sportspaß-Center Harburg

Stand Februar 2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00					<b>Mama Fitness</b> (Eltern mit Kindern bis 3 Jahre)		
10:30	<b>Pilates</b>	<b>Soft-Fitness</b>	<b>Qi Gong</b>	<b>Yin-Yoga</b>	Yvonne S. 10:00	<b>Modern-Dance</b>	<b>Vinyasa Flow</b>
11:00	Susanne S. 10:30	Hanna E. 10:30	Stefan B. 10:00	Taruna S. 10:30	<b>Pilates</b> ●	Anastasia S. 10:30	Petra P.
11:30	<b>Gymnastik</b>	<b>Pilates</b>	<b>Stretch &amp; Relax</b> Stefan B. 11:00	<b>Rücken Power</b>	Katrin B. 11:00	<b>Stretch &amp; Relax</b>	<b>Yin-Yoga</b>
12:00	Susanne S. 11:30	Hanna E. 11:30		Taruna S. 11:30		Anastasia S. 11:30	Petra P.
12:30	<b>Hatha-Yoga</b> (80 min)			<b>Reha-Zentrum Harburg</b>		<b>Power-Yoga</b>	<b>Pilates</b>
13:00	Andreas H. 12:30					Lilija J./ N.N. 12:30	Ayse H./ Susanne S.
13:30					12:30	<b>Hatha-Yoga</b> (80 min)	<b>Rücken Pov</b>
14:00						Lilija J./ N.N. 13:30	Ayse H./ Susanne S.
14:30							<b>Soft-Fitnes</b>
15:00							Alexela F.
15:30	<b>ZUMBA® fitness</b>	<b>Kundalini-Yoga</b>	<b>Kindertanz/Ballett &amp; Rhythmik</b> 3-5 Jahre	<b>BBRP</b>	<b>Selbstverteidigung</b> 6-9 Jahre		<b>Oriental Dai</b>
16:00	Fabio P. 15:30	Andreas H. 15:30	Sandra V. 15:30	Wiebke M.-B. 15:30	Martin P. 15:30		Alexela F.
16:30	<b>ZUMBA® fitness</b>	<b>Hatha Yoga</b>	<b>Kindertanz/Ballett &amp; Rhythmik</b> 5-8 Jahre	<b>Complete Body Workout</b>	<b>Selbstverteidigung</b> 10-14 Jahre		
17:00	Fabio P. 16:30	Andreas H. 16:30	Sandra V. ● 16:30	Wiebke M.-B. 16:30	Martin P. 16:30		
17:30	<b>Qi Gong</b> (80 min)	<b>Standard-Latein</b>	<b>Hip Hop</b> ab 8 Jahre	<b>Rücken Power</b>	<b>Standard-Latein 1</b> für Singles		<b>Standard-Latein</b> + Singles
18:00	Lisa R. 17:30	Carola C./ Volker S. 17:30	Joel F. 17:30	Patrycja S. 17:30	Jascha N. Dorothee B. 17:30		Katja A./ Christian H.
18:30		<b>Rücken Power</b>	<b>Dance ´n Strip</b>	<b>Pilates</b>	<b>Discofox 1</b> für Singles		<b>Standard-Latein</b>
19:00		Carola C. 18:30	Joel F. 18:30	Patrycja S. 18:30	Jascha N. Dorothee B. 18:30		Katja A./ Christian H.
19:30	<b>Power-Yoga</b> ●	<b>NIA</b>	<b>Power-Yoga</b>	<b>Salsa-Dance</b>	<b>Salsa-Dance</b>		<b>Tango Argent</b>
20:00	Alexandra K. 19:30	Natali Y.-F. Laura A. 19:30	Aleksandra Z. 19:30	Palmina R. 19:30	Christian P. 19:30		Maike C.
20:30	<b>Yin-Yoga</b>	<b>ZUMBA® fitness</b>		<b>SALSATION®</b>	<b>ZUMBA® fitness</b>	<b>Gym 2</b>	<b>Tango Argent</b>
21:00	Alexandra K. 20:30	Fabio P. 20:30		Palmina R. 20:30	Christian P. 20:30		Maike C.
21:30							

● Angebot sehr gut besucht

sportspaß-Center Harburg

Stand Februar 2020

	10:00
<b>Yoga</b>	10:30
10:30	11:00
	11:30
11:30	12:00
	12:30
12:30	13:00
<b>ver</b>	13:30
13:30	14:00
<b>ss</b>	14:30
14:30	15:00
<b>nce</b>	15:30
15:30	16:00
	16:30
	17:00
<b>ein 1</b>	17:30
17:30	18:00
<b>ein 2</b>	18:30
18:30	19:00
<b>ino 2</b>	19:30
19:30	20:00
<b>ino 1</b>	20:30
20:30	21:00
	21:30

and Februar 2020