

KURSPLAN



Gesundheitssportverein Euskirchen e.V., Kölner Str. 73, 53879 Euskirchen, Tel. 02251/7847716 (gültig ab 01.01.2018)

<u>Kurs</u>	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
Fatburner**	Zirkel 50 plus 10.00 Uhr		Fatburner Zirkel 16:30 Uhr		Fatburner Zirkel 16:30 Uhr	
Rücken-Fitness**				09.00 Uhr		
Jumping Fitness***	19.00 Uhr (Choreo)			Jumping Fitness (Kleingeräte) 19:00 Uhr		
Fitness*		08.45 Uhr				
Zumba**	18:00 Uhr					
Pilates***	19.00 Uhr					
Wirbelsäulengymnastik*			16.45 Uhr			
Yoga**		19:45 Uhr (90 Min.)	18:00 Uhr (Faszien) (90 Min.)			
Reha-Sport*	09:00 Uhr (45 Min.) 10:00 Uhr (45 Min.) 11:00 Uhr (45 Min.) 17:00 Uhr (45 Min.) 19:00 Uhr (60 Min., Pilates)	10:00 Uhr (45 Min.) 11:00 Uhr (45 Min.) 12:00 Uhr (45 Min.) 18:00 Uhr (45 Min.) 18:50 Uhr (45 Min.)	10.00 Uhr (45 Min.) 11:00 Uhr (45 Min.) 19:30 Uhr (45 Min.)	10:00 Uhr (60.Min., Yoga) 11:00 Uhr (45 Min., Pilates) 15:45 Uhr (45 Min.) 16:40 Uhr (45 Min.) 17:30 Uhr (45 Min.)	11:00 Uhr (45 Min.) 12:00 Uhr (45 Min.)	Alle 60 Minuten Reha-Kurse sind nur mit einem ermäßigten Beitrag von 15 € pro Monat möglich!

Level *, Level **, Level ***

Kursmitgliedschaft: Beinhaltet alle Kurse **außer** Fatburner, Präventionskurse und Reha-Sport.