

Kursplan...



ADAM&EVE Rastatt

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:00		Rehasport	BBP Mit Julia 9-9:50 Uhr			
09:30	Hiit&Balance Mit Lucy		Rückenfit Mit Julia 10-10:50 Uhr		Full Body Mit Alex	
16:00	Krav Maga 6-9 Jahre	FIGHTING ZONE	Kick Boxen 6-9 Jahre	FIGHTING ZONE	Kick Boxen 6-9 Jahre	
17:00	Krav Maga 10-14 Jahre		Kick Boxen 10-14 Jahre		Kick Boxen 10-14 Jahre	
18:00	Hot Iron Mit Melanie		Step/ FullBody Mit Lucy		Hot Iron Mit Melanie	
19:00	Zumba Mit Magda				Kick Boxen Erwachsene	
20:00			Kick Boxen Erwachsene			

Gültig ab 01.04.2025

Kurse finden ab einer Teilnehmerzahl von 3 Personen statt.

Kursplan...



ADAM&EVE Rastatt

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:00		Rehasport	BBP Mit Julia 9-9:50 Uhr			
09:30	Hiit&Balance Mit Lucy		Rückenfit Mit Julia 10-10:50 Uhr		Full Body Mit Alex	
16:00	Krav Maga 6-9 Jahre	FIGHTING ZONE	Kick Boxen 6-9 Jahre	FIGHTING ZONE	Kick Boxen 6-9 Jahre	
17:00	Krav Maga 10-14 Jahre		Kick Boxen 10-14 Jahre		Kick Boxen 10-14 Jahre	
18:00	Hot Iron Mit Melanie		Step/ FullBody Mit Lucy		Hot Iron Mit Melanie	
19:00	Zumba Mit Magda				Kick Boxen Erwachsene	
20:00			Kick Boxen Erwachsene			

Gültig ab 01.04.2025

Kurse finden ab einer Teilnehmerzahl von 3 Personen statt.