

Kursplan

Kursplan Family Fit Billerbeck					
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:00 -10:00 Uhr Fit mit Baby	10:00 -11:00 Uhr Rücken-Fit Ü55	9:30 -10:30 Uhr Fit mit Baby		09:30 – 10:30 Uhr Beckenboden-Fit / Rückbildung	10:00-11:00 Uhr Kindertanzen 3-6 Jahre
				10:45 – 11:45 Uhr Fit in der Schwangerschaft	11:15-12:15 Uhr Kindertanzen 7-12 Jahre
		14:45 -15:45 Uhr Kindertanzen 3- 6 Jahre		15:00-16:00 Uhr Spiel & Bewegung 1-2 Jahre	
	15:00–16:00 Uhr Spiel & Bewegung 3-6 Jahre				
		16:00-17:00 Uhr Kindertanzen 7- 12 Jahre			
	16:30 – 17:30 Uhr BodyX Fit Kids 6- 12 Jahre				
	17:30 -18:30 Uhr Rücken-Fit			17:30-18:30 Uhr CrossHula	
18:30–19:30 Uhr BodyX Fit Erw.			18:00–19:00 Uhr BodyX Fit Erw.		
	19:30 - 20:30 Uhr CrossHula	19:30– 21:00 Uhr Orientalischer Tanz	19:00-20:00 Uhr BodyX Fit Erw.		