



aktueller Kursplan ab 9-2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>9:30 – 10:30 Uhr <u>Pilates / WBS</u></p>	<p>9:30 - 10:30 Uhr <u>Kreistraining</u></p>	<p>9-15 – 10:15 Uhr <u>Zumba Gold</u></p> <p>10:20 – 11:20 Uhr <u>ACHTsam</u></p>		 <p>13:30 – 15:00 Uhr <u>Yoga</u></p>
<p>18:00 – 19:00Uhr <u>Pilates / B-B-Po</u></p>			<p>17:17 – 18:18 Uhr <u>Mix Aerobic</u></p>	
<p>19:00 – 20:00Uhr <u>Bike</u> (sobald Susi kann, ca. mitte September)</p> 	<p>18:45 – 20:15 Uhr <u>Yoga</u></p>	<p>19:00 – 20:00 Uhr <u>Kreistraining</u></p>	<p>19:15 – 20:15 Uhr <u>Kettlebells- Fremdkurs</u></p>	<p>17:45 – 18:45 Uhr <u>Zumba</u></p>
	<p>19:00 – 19:30 Uhr <u>Powerplate</u></p>			

Öffnungszeiten ab September 2021



Montag
8 bis 14 und 15-20 Uhr

Dienstag
8 bis 13 und 16-21 Uhr

Mittwoch
8 bis 14 und 16 - 20 Uhr

Donnerstag
16 bis 21 Uhr

Freitag
12 bis 20 Uhr

Samstag
9 bis 12 Uhr



An den gesetzlichen Feiertagen bleibt der Verein
Mehr als Sport e.V. geschlossen.

Am Vögenteich 13 A
D - 18057 Rostock
Telefon: 0381 49 05 227

