

Montag

8.30 - 09.30
Dance Aerobic

Dienstag

8.30 - 9.30
Wirbelsäule &
Faszientraining

Mittwoch

8.45 - 09.45
Fatkiller
Step Aerobic

Donnerstag

8.30 - 9.30
Pilates

Freitag

8.30 - 9.30
Bauch-Beine-Po
(auch mit Babys)

Samstag

9.00 - 10.30
Step 4 All
90 Minuten

Sonntag

Sommerpause

9.30 - 10.30
Indoor
Cycling

09.40 - 10.40
Baby-Mama

9.40 - 10.40
Step Aerobic

9.40 - 10.40
Indoor-
Cycling

9.40 - 10.40
Step Aerobic

17.30 - 18.15
JUMPING Fitness

18.00 - 19.00
Pilates meets
Stretch

18.00 - 20.00
Fun Step

18.30 - 19.30
XCO
Training

19.10 - 20.10
Indoor
Cycling

19.10 - 20.10
ZUMBA Fitness

19.40 - 20.40
Bodystyling

20.20 - 21.20
Langhantel-
Training

19.00 - 20.00
Bodystyling mit
Caro
Direkte Buchung
bei Caro

Die (gelb markierten) Kurse finden bei schönem Wetter auf unseren Außen Bühnen und bei schlechtem Wetter in unserem Kursraum statt. Bitte denkt an entsprechende Kleidung für In- und Outdoor (bitte andere externe Kurse beim jeweiligen Trainer erfragen).

Die Kurse sind online unter www.kursstudio.de oder über die Eversports-App buchbar. Änderungen vorbehalten.

Kursplan im A4PlusKursstudio



www.kursstudio.de



a4pluskursstudio@online.de



Kieferndorferweg 80
91315 Höchstadt
(unterhalb des
Freibadparkplatzes)



[a4pluskursstudio](https://www.instagram.com/a4pluskursstudio)



[A4PlusKursStudio](https://www.facebook.com/A4PlusKursStudio)



0172 89 59 773



0172 89 59 773