








Montag	Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag		Sonntag
 							<b>Core-Fit</b> mit Wolfgang 11.30-12.30 Halle 3
	<b>VGS FitClub Kursplan</b> gültig ab 01.02.2022 VGS-Gesundheitszentrum Leverkusen-Manfort, Norderneystraße 31 Telefon 0214/96002446 Weitere Infos unter <a href="http://www.vgs-lev.de">www.vgs-lev.de</a>						<b>Stretch&amp;Relax</b> mit Wolfgang 12.45-13.45 Halle 3
<b>Zumba Gold</b> mit Emilia 16.45-17.45 Halle 1 		<b>Zumba Fitness</b> mit Emilia 17.45-18.45 Halle 1 		<b>Langhantel</b> mit Emilia 17.45-18.45 Halle 3	<b>Dancit</b> mit Anika 17.00-18.00 Halle 1 		
<b>BodyWorkout</b> mit Emilia 18.00-18.45 Halle 1	<b>Core-Fit</b> mit Niklas 18.15-19.15 Halle 2	<b>Jumping Fitness</b> mit Emilia 19.00-19.45 Halle 1 	<b>Bauch&amp;Rückenfit</b> mit Jacqui 19.00-19.45 Halle 2		<b>Jumping Fitness</b> mit Emilia 18.15-19.00 Halle 1 	<b>Pilates</b> mit Anika 18.15-19.15 Halle 3	
			<b>Stretch&amp;Relax</b> mit Marc 20.00-21.00 Halle 2				