

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10.00 - 11.00 Uhr Fit im Rücken	10.00 - 11.00 Uhr Bauch-Beine-Po			10.00 - 11.00 Uhr Bauch-Beine-Po
18.30 - 19.30 Uhr Step	18.30 - 19.30 Uhr Body Workout	18.30 - 19.15 Uhr Bauch-Rücken-Spezial	18.30 - 19.30 Uhr Zumba	17.30 - 18.00 Uhr Bauch-Spezial
19.30 - 20.30 Uhr Langhantel Workout	19.30 - 20.30 Uhr Indoor-Cycling	19.30 - 20.30 Uhr Hot Iron	19.30 - 20.30 Uhr Indoor-Cycling	18.00 - 19.00 Uhr Body-Styling
20.30 - 21.30 Uhr Zumba				

Öffnungszeiten: Insula Media Bad Honnef: 02224-9679994

Mo.-Do.: 09.00 - 22.00 Uhr
Fr.: 09.00 - 21.00 Uhr
Samstag: 10.00 - 17.00 Uhr
Sonntag: 10.00 - 16.00 Uhr

<p>ZUMBA Jetzt auch Sonntags 10.30 - 11.30 Uhr</p>
--