

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

9:15-10:15 Uhr
Rücken & Beweglichkeit
Jessy

10:15-11:00 Uhr
Salsa-Aerobic
Diana

9:30-10:30 Uhr
Rückenfitness
Ono

10:30-11:15 Uhr
Bodyshaping
Ono

10:00-11:00 Uhr
Rücken & Beweglichkeit
Jessy

15:45-16:45 Uhr
Rückenfitness
Bernd

18:00-18:45 Uhr
Mobility
Karim

18:45-19:15 Uhr
Core
Karim

19:15-20:00 Uhr
Intensive Workout
Karim

18:00-19:00 Uhr
Rückenfitness
Ellen

19:00-20:00 Uhr
Bodyshaping
Ono

20:00-21:00 Uhr
Aerobic
Ono

18:00-19:00 Uhr
Rückenfitness
Bernd

19:00-19:45 Uhr
B-Bodyart
Bernd

18:45-19:30 Uhr
Ganzkörper-training
Moni

19:30-20:15 Uhr
Beweglichkeit & Entspannung
Moni

Soft

Medium

Intensiv

Kursintensität

FITNESS-STUDIO BALANCE
BÜHLSTR. 145, 70736 FELLBACH
Tel.: 0711 5782518
www.balance-svfellbach.de

ÖFFNUNGSZEITEN BALANCE
Mo.-Fr. 8.00 - 22.30 Uhr
Sa. 10.30 - 19.00 Uhr
So. 9.00 - 17.30 Uhr

Montag

9:00-10:00 Uhr
**Ganzkörper-
training**
Moni

10:00-10:45 Uhr
Beweglichkeit
Moni

Dienstag

9:15-10:15 Uhr
**Rücken &
Beweglichkeit**
Jessy

Mittwoch

15:45-16:45 Uhr
Rückenfitness
Bernd

18:00-18:45 Uhr
Mobility
Karim

18:45-19:15 Uhr
Core
Karim

19:15-20:00 Uhr
**Intensive
Workout**
Karim

Donnerstag

10:00-11:00 Uhr
**Rücken &
Beweglichkeit**
Jessy

18:45-19:30 Uhr
**Ganzkörper-
training**
Heike

19:30-20:15 Uhr
**Beweglichkeit &
Entspannung**
Heike

Freitag

18:00-19:00 Uhr
Rückenfitness
Bernd

19:00-19:45 Uhr
B-Bodyart
Bernd

18:00-19:00 Uhr
Rückenfitness
Ellen

Soft

Medium

Intensiv

Kursintensität

FITNESS-STUDIO BALANCE
BÜHLSTR. 145, 70736 FELLBACH
Tel.: 0711 5782518
www.balance-svfellbach.de

ÖFFNUNGSZEITEN BALANCE
Mo.-Fr. 8.00 - 22.30 Uhr
Sa. 10.30 - 19.00 Uhr
So. 9.00 - 17.30 Uhr

SOMMERFERIEN-KURSPLAN WOCHE 3

17.08.-23.08.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00-10:00 Uhr Ganzkörper- training Moni	9:15-10:15 Uhr Rücken & Beweglichkeit Marion	9:30-10:30 Uhr Rückenfitness Marion		
10:00-10:45 Uhr Beweglichkeit Moni	10:15-11:00 Uhr Salsa Aerobic Marion	10:30-11:15 Uhr Bodyshaping Marion	10:00-11:00 Uhr Rücken & Beweglichkeit Jessy	
		15:45-16:45 Uhr Rückenfitness Bernd		
		18:00-18:45 Uhr Mobility Karim	18:15-18:45 Uhr Happy Step Marion	18:00-19:00 Uhr Forever young Thomas
18:00-19:00 Uhr Rückenfitness Bernd	18:00-19:00 Uhr Rückenfitness Ellen	18:45-19:15 Uhr Core Karim	18:45-19:30 Uhr Hanteltraining Marion	19:00-19:30 Uhr Mobility Thomas
19:00-19:45 Uhr B-Bodyart Bernd		19:15-20:00 Uhr Intensive Workout Karim	19:30-20:15 Uhr Beweglichkeit & Entspannung Marion	

Soft

Medium

Intensiv

Kursintensität

FITNESS-STUDIO BALANCE
BÜHLSTR. 145, 70736 FELLBACH
Tel.: 0711 5782518
www.balance-svfellbach.de

ÖFFNUNGSZEITEN BALANCE
Mo.-Fr. 8.00 - 22.30 Uhr
Sa. 10.30 - 19.00 Uhr
So. 9.00 - 17.30 Uhr