

KURSPLAN JOY FOR LIFE - STUDIO ENNIGER AB 08-2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:30h bis 09:30h JUMPING*	9:00h bis 10:00h BODYSHAPE			9:00h bis 10:00h BODYSHAPE	9:00h bis 10:00h 4/6 WOCHENKURS *
10:00h bis 11:00h JOYLINI* (ab ca. 8 Monate bis 3 Jahre)		09:45h bis 11:00h FIT z e SCHRITT INDOOR* (3-8 Monate)			10:30h bis 11:30h SPECIAL* s. Aushang 11:30h bis 12:30h SPECIAL* s. Aushang 12:30h bis 13:30h SPECIAL* s. Aushang
Mittagspause von 13:00h bis 15:00h					
				15:00h bis 16:00h FEENTANZ (3-6 Jahre)	15:00h bis 18:00h MOTTOPARTY oder WORKSHOP
16:00h bis 17:00h FEENTANZ (3-6 Jahre)	16:00h bis 17:00h VIDEOCLIP (4-7 Jahre)	16:00h bis 16:45h JOYLINI DANCE (2-4 Jahre)		16:00h bis 17:00h FIT & DANCE (5-8 Jahre)	<i>Mottoparty oder Workshop</i>
17:00h bis 18:00h VIDEOCLIPDANCE (12-15 Jahre)	17:00h bis 18:00h VIDEOCLIP (8-11 Jahre)		17:00h bis 18:00h FIT & DANCE (9-13 Jahre)	17:00h bis 18:00h POLEDANCE* BEGINNER	<i>auch Sonntags buchbar zu individueller Zeit</i>
18:00h bis 19:00h FATBURNER	18:00h bis 19:00h ZUMBA oder OUTDOOR	18:00h bis 19:00h HIIT/ TABATA	18:00h bis 19:00h PUMP (Langhanteltraining)	18:00h bis 19:00h POLEDANCE*	<i>Freie Zeiten können für Personal Training gebucht, oder auch vermietet werden.</i>
19:00h bis 20:00h BOOTY & CORE	19:00h bis 20:00h PILATES oder 18:45h AQUA ZUMBA* 45 Min. In E'loh	19:00h bis 20:00h JUMPING*	19:00h bis 20:00h DEEPWORK oder 18:45h AQUA ZUMBA* 45 Min. In E'loh	19:00h bis 20:00h POLEDANCE* FORTGESCHRITTENE	<i>Offene Wünsche und Anregungen nehmen wir sehr gerne entgegen!</i>
20:15h bis 21:15h 4/6 WOCHENKURS *	20:00h bis 21:00h BOX & SHAPE	20:15h bis 21:15h 4/6 WOCHENKURS *	20:00h bis 21:00h JUMPING*	20:15h bis 21:15h YOGA*	

*Kurse nicht in der Mitgliedschaft oder 10er- Karte inbegriffen (Kurse über einen gewissen Zeitraum oder nur mit spezieller Karte)
 Joy for Life - Antje Rehrmann | 0162-9851279 | info@joyforlife.de | www.joyforlife.de | App: Joy for Life - Studio
 Kursraum: Lönssstr. 2 in 59320 Ennigerloh - Enniger | Außerdem findet ihr uns auf den Social Media Plattformen von Facebook & Instagram!