

# UNSER KURSPLAN



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Reha</b> 9:15	<b>Rückenschule</b> 9:15		<b>Circle Training</b> 10:30	<b>Bauch &amp; Rücken</b> 9:15		<b>Body &amp; Mind</b> 9:30
<b>Bauch Beine Po</b> 10:15		<b>Power Circle</b> 10:00				<b>Power Workout</b> 11:00
<b>Reha</b> 14:00		<b>Reha</b> 14:30	<b>Reha</b> 13:30	<b>Reha</b> 14:00		<b>Spinning</b> 12:00
<b>Kickboxen</b> 10-14 Jahre 16:00			<b>Reha</b> 15:00	<b>Kickboxen</b> 6-9 Jahre 16:00		
<b>Bauch Beine Po</b> 17:00	<b>Flexi Bar</b> 17:00	<b>Kids Dance</b> 17:00	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 17:00	<b>Zumba Sterne</b> 17:00	<b>Hantel Power</b> 17:00	
<b>Rückenschule</b> 18:00	<b>Kettlebell</b> 18:00	<b>Hantel Power</b> 18:00	<b>Bauch Beine Po</b> 18:00	<b>Power Workout</b> 18:00	<b>Zumba</b> 18:00	
<b>Power Yoga</b> 19:00	<b>Zumba</b> 19:00	<b>Speed Ball</b> 19:00	<b>Rückenschule</b> 19:00	<b>Tae Bo</b> 19:00	<b>Spinning</b> 19:15	<b>Step Aerobic</b> 19:00
		<b>Kickboxen</b> 20:00		<b>Yoga</b> 20:00		

**Citi-Sport**

Alte Hellersdorfer Str. 119  
12629 Berlin

Tel. (030) 99-400-446  
Email: [kontakt@citi-sport.de](mailto:kontakt@citi-sport.de)

**Unsere Öffnungszeiten:**

Mo. - Fr.: 09:00-13:00 Uhr  
16:00-21:00 Uhr

Sa: Ruhetag  
So: 09:00-14:00 Uhr

**geschlossene Gruppe**

**Kursraum 1**

**Kursraum 2**