

AQUAFITNESS *IM SHOWPOOL HALLE 7*

DIENSTAG, 05.11.2019

11:45
12:15 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

13:15
13:45 **SharkCircuit**
das Zirkeltraining mit SharkBike, SharkJumper, SharkPunch und SharkPole

14:00
14:30 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

15:30
16:00 **JUMP 'N' RIDE**
ein kombiniertes Training auf SharkJumper und SharkBike

MITTWOCH, 06.11.2019

11:00
11:30 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

12:30
13:00 **JUMP 'N' RIDE**
ein kombiniertes Training auf SharkJumper und SharkBike

14:00
14:30 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

15:30
16:00 **SharkCircuit**
das Zirkeltraining mit SharkBike, SharkJumper, SharkPunch und SharkPole

DONNERSTAG, 07.11.2019

11:45
12:15 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

13:15
13:45 **SharkCircuit**
das Zirkeltraining mit SharkBike, SharkJumper, SharkPunch und SharkPole

14:45
15:15 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

16:15
16:45 **AquaCross Training**
High Intensity Zirkeltraining mit BECO Kleingeräten

FREITAG, 08.11.2019


11:00
11:30 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

12:30
13:00 **SharkCircuit**
das Zirkeltraining mit SharkBike, SharkJumper, SharkPunch und SharkPole



13:15
13:45 **BEboard**
Floating Fitness mit Cardio Übungen und Elementen aus Yoga sowie Pilates

14:00
14:30 **AquaCross Training**
High Intensity Zirkeltraining mit BECO Kleingeräten

BECO®
aqua
college

 BECO.aquacollege
www.aquacollege.de



  BECO.aquasport
www.beco-beermann.com

BECO
the world of aquasports