

# HAPPY KURSPLAN

|  HappyGymDo | MONTAG   | DIENSTAG  | MITTWOCH                               | DONNERSTAG   | FREITAG  | SAMSTAG                                       |
|--|--|---|--|--|--|---|
| 09:00  |  |   |  | <b>Jumping Health mit Sabrina</b><br>09:00 - 10:00                     |  | <b>Happy Zirkel</b><br>14:30 - 15:30          |
|  |  |   |  | <b>Jumping Health für Krebsbetroffene mit Sabrina</b><br>10:15 - 11:15 | <b>Happy Zirkel</b><br>15:30 - 16:30           |   |
| 16:00  |  |   |  |  |  | <b>Happy Zirkel</b><br>16:00 - 17:00          |
|  |  |   | <b>Happy Zirkel</b><br>16:45 - 17:45   |  | <b>Happy Zirkel*</b><br>17:00 - 18:00          | <b>NEU</b><br><b>Pilates</b><br>17:00 - 18:00 |
| 17:00  | <b>Beinachsen-training</b><br>17:30 - 18:30      | <b>YOGA für Frauen und Männer mit Sandra</b><br>17:30 - 18:45 |  | <b>Happy und Fit mit Schlager</b><br>17:30 - 18:30                     |  |   |
| 18:00  |  |   | <b>YOGA mit Inken</b><br>18:15 - 19:45 |  | <b>Meditation mit Susanne</b><br>18:30 - 19:30 |   |
| 19:00  | <b>Happy Zirkel</b><br>19:00 - 20:00             | <b>YOGA für Männer mit Sandra</b><br>19:00 - 20:15            |  | <b>Jumping Health mit Sabrina</b><br>19:00 - 20:00                     |  |   |
| 20:00  | <b>Einmal wieder GROSS sein</b><br>20:15 - 21:15 |   | <b>Happy Mix</b><br>20:00 - 21:00      | <b>Happy Zirkel</b><br>20:15 - 21:15                                   | <b>Ein Studio,<br/>das Happy macht</b>         |   |

\* bei Bedarf

Buchungsanfragen: 0160 91172643 oder Onlinebuchung [www.happygymdo.de](http://www.happygymdo.de)  
Veerenkamp 22 - 21739 Dollern - Änderungen vorbehalten