



WINTER 2018/19

ab 8. Oktober

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15-10:15 WBS		09:15-10:15 Pilates		09:15-10:15 Pilates + Mobility	10:30-12:00 Technik + ZUMBA®	10:30-11:30 Sunday Surprise
10:15-11:15 Hatha Yoga					2x im Monat Aushang beachten!	Gerade KW Aushang beachten
	17:00-18:00 Latin Dance			17:00-18:30 Faszien Yoga		
17:30-18:30 Body Toning		17:30-18:30 Body Toning				
	18:00-19:00 BBP		18:00-19:00 Body Shape			
18:30-19:30 ZUMBA®		18:30-19:30 ZUMBA®		19:00-20:00 Yoga		
	19:00-20:00 Orient Dance					

Am Kursprogramm können Mitglieder mit einer Basic und einer Basic + Mitgliedschaft teilnehmen.