



Unsere Kurse im Überblick:

Kurse	Termin	Uhrzeit	Ort
Woche: 01.02.25 – 02.02.25			
Full Body Workout	Samstag, 01.02.25	13.00 – 14.00	Studio
Woche: 03.02.25 – 09.02.25			
Power - Workout	Montag, 03.02.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Yoga	Dienstag, 04.02.25	18.00 – 19.00	Video-Kurs
Yoga	Donnerstag, 06.02.25	19.00 – 20.00	Studio + Video Kurs
Full Body Workout	Samstag, 08.02.25	13.00 – 14.00	Studio
Jazz Dance	Sonntag, 09.02.25	11.00 – 12.00	Studio
Woche: 10.02.25 – 16.02.25			
Power - Workout	Montag, 10.02.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 11.02.25	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 11.02.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 13.02.25	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 13.02.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Full Body Workout	Samstag, 15.02.25	13.00 – 14.00	Studio

Woche: 17.02.25 – 23.02.25			
Power - Workout	Montag, 17.02.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 18.02.25	08.00 – 09.00	Studio
Aerobic-Pilates Workout	Dienstag, 18.02.25	19.00 – 20.00	Studio
Fit im Alter	Donnerstag, 20.02.25	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 20.02.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Woche: 24.02.25 – 28.02.25			
Power - Workout	Montag, 24.02.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 25.02.25	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 25.02.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 27.02.25	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 27.02.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs

Meldet Euch bitte für die Kurse im Studio telefonisch, per Mail an oder tragt Euch in die Anmelde Listen ein.