



Unsere Kurse im Überblick:

Kurse	Termin	Uhrzeit	Ort
Woche: 04.08.25 – 10.08.25			
Move your Body	Freitag, 08.08.25	19.00 – 20.00	Studio
Woche: 11.08.25 – 17.08.25			
Power - Workout	Montag, 11.08.25	17.30 – 18.30	Video-kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 12.08.25	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 12.08.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Yoga	Donnerstag, 14.08.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Full Body Workout	Samstag, 16.08.25	13.00 – 14.00	Studio
Woche: 18.08.25 – 24.08.25			
Power - Workout	Montag, 18.08.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Zumba	Dienstag, 19.08.25	19.00 – 20.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 21.08.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Freitag, 22.08.25	19.00 – 20.00	Studio
Full Body Workout	Samstag, 23.08.25	13.00 – 14.00	Studio
Zumba	Sonntag, 24.08.25	11.00 – 12.00	Studio
Woche: 25.08.25 – 31.08.25			

Power - Workout	Montag, 25.08.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 26.08.25	08.00 – 09.00	Studio
Yoga	Dienstag, 26.08.25	18.00 – 19.00	Video-Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 28.08.25	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 28.08.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Zumba	Freitag, 29.08.25	19.00 – 20.00	Studio

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