



Unsere Kurse im Überblick:

Kurse	Termin	Uhrzeit	Ort
Woche: 01.09.25 – 07.09.25			
Power - Workout	Montag, 01.09.25	17.30 – 18.30	Video-kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 02.09.25	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 02.09.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 04.09.25	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 04.09.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit ins Wochenende	Samstag, 06.09.25	08.00 – 09.00	Studio
Move your Body	Sonntag, 07.09.25	09.30 – 10.30	Studio
Woche: 08.09.25 – 14.09.25			
Power - Workout	Montag, 08.09.25	17.30 – 18.30	Video-kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 09.09.25	08.00 – 09.00	Studio
Zumba	Dienstag, 09.09.25	19.00 – 20.00	Studio
Fit im Alter	Donnerstag, 11.09.25	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 11.09.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit ins Wochenende	Samstag, 13.09.25	08.00 – 09.00	Studio
Woche: 15.09.25 – 21.09.25			

Power - Workout	Montag, 15.09.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 16.09.25	08.00 – 09.00	Studio
Yoga	Dienstag, 16.09.25	18.00 – 19.00	Video-Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 18.09.25	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 18.09.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Freitag, 19.09.25	19.00 – 20.00	Studio
Jazz Dance	Sonntag, 21.09.25	11.00 – 12.00	Studio
Woche: 22.09.25 – 28.09.25			
Power - Workout	Montag, 22.09.25	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 23.09.25	08.00 – 09.00	Studio
Zumba	Dienstag, 23.09.25	19.00 – 20.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 25.09.25	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Woche: 29.09.25 – 30.09.25			
Zumba	Dienstag, 30.09.25	19.00 – 20.00	Studio

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