



Unsere Kurse im Überblick:

Kurse	Termin	Uhrzeit	Ort
Woche: 01.07.26 – 05.07.26			
Fit im Alter	Donnerstag, 02.07.26	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 02.07.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Woche: 06.07.26 – 12.07.26			
Power – Workout	Montag, 06.07.26	17.30 – 18.30	Video- Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 07.07.26	08.00 – 09.00	Studio
Zumba	Dienstag, 07.07.26	19.00 – 20.00	Studio
Fit im Alter	Donnerstag, 09.07.26	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 09.07.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Freitag, 10.07.26	19.00 – 20.00	Studio
Fit ins Wochenende	Samstag, 11.07.26	08.00 – 09.00	Studio
Woche: 13.07.26 – 19.07.26			
Power – Workout	Montag, 13.07.26	17.30 – 18.30	Video- Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 14.07.26	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 14.07.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Yoga	Donnerstag, 16.07.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Freitag, 17.07.26	19.00 – 20.00	Studio
Woche: 20.07.26 – 26.07.26			

Power – Workout	Montag, 20.07.26	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Neu!!! Zumba + Lift	Dienstag, 21.07.26	19.00 – 20.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 23.07.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit ins Wochenende	Samstag, 25.07.26	08.00 – 09.00	Studio
Jazz	Sonntag, 26.07.26	11.00 – 12.00	Studio
Woche: 27.07.26 – 31.07.26			
Power – Workout	Montag, 27.07.26	17.30 – 18.30	Video-Kurs
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 28.07.26	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 28.07.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 30.07.26	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 30.07.26	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.