



Unsere Kurse im Überblick:

Kurse	Termin	Uhrzeit	Ort
Woche: 01.09.26 – 06.09.26			
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 01.09.26	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 01.09.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 03.09.26	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 03.09.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit ins Wochenende	Samstag, 05.09.26	08.00 – 09.00	Studio
Woche: 07.09.26 – 13.09.26			
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 08.09.26	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout	Dienstag, 08.09.26	18.00 – 19.00	Video-Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 10.09.26	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 10.09.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Freitag, 11.09.26	19.00 – 20.00	Studio
Jazz	Sonntag, 13.09.26	11.00 – 12.00	Studio
Woche: 14.09.26 – 20.09.26			
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 15.09.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Yoga	Donnerstag, 17.09.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit ins Wochenende	Samstag, 19.09.26	08.00 – 09.00	Studio
Woche: 21.09.26 – 27.09.26			

Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 22.09.26	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout	Dienstag, 22.09.26	18.00 – 19.00	Video Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 24.09.26	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 24.09.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Sonntag, 27.09.26	10.00 – 11.00	Studio

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