POWER LADY

Unsere Kurse im Überblick:

Kurse	Termin	Uhrzeit	Ort
Woche: 02.11.26 – 08.11.26			
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 03.11.26	08.00 – 09.00	Studio
Yoga	Dienstag, 03.11.26	18.00 – 19.00	Video-Kurs
Yoga	Donnerstag, 05.11.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Freitag, 06.11.26	19.00 – 20.00	Studio
Zumba	Sonntag, 08.11.26	11.00 – 12.00	Studio
Woche: 09.11.26 – 15.11.26			
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 10.11.26	08.00 – 09.00	Studio
Power – Workout „Hanteln“	Dienstag, 10.11.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Fit im Alter	Donnerstag, 12.11.26	14.00 – 15.00	Studio
Fit ins Wochenende	Samstag, 14.11.26	08.00 – 09.00	Studio
Zumba	Sonntag, 15.11.26	11.00 – 12.00	Studio
Woche: 16.11.26 – 22.11.26			
Dehnen-Stretchen Workout	Dienstag, 17.11.26	08.00 – 09.00	Studio
Yoga	Dienstag, 17.11.26	18.00 – 19.00	Video-Kurs
Starker Bauch, starker Rücken	Dienstag, 17.11.26	19.00 – 20.00	Studio
Fit im Alter	Donnerstag, 19.11.26	14.00 – 15.00	Studio
Yoga	Donnerstag, 19.11.26	19.00 – 20.00	Studio+ Video Kurs
Move your Body	Sonntag, 22.11.26	10.00 – 11.00	Studio

Woche: 23.11.26 – 29.11.26			
Dehnen-Stretchen Workout	**Dienstag, 24.11.26**	**08.00 – 09.00**	**Studio**
Power – Workout „Hanteln"	**Dienstag, 24.11.26**	**19.00 – 20.00**	**Studio+ Video Kurs**
Fit im Alter	**Donnerstag, 26.11.26**	**14.00 – 15.00**	**Studio**
Yoga	**Donnerstag, 26.11.26**	**19.00 – 20.00**	**Studio+ Video Kurs**
Fit ins Wochenende	**Samstag, 28.11.26**	**08.00 – 09.00**	**Studio**

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