

Ferienkurse Lady & Fitness Herbst 2019

Bitte hierfür anmelden (Mitglieder inklusive, Nichtmitglieder über Zehnerkarte)!

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>	<u>Sa./So.</u>
				<u>Fr., 11.10.19</u> 18.15-19.15 Power Mix mit Claudia	<u>Sa., 12.10.19</u> 10.00-10.55 Step & Shape mit Kirsten 11.00-11.55 BOP mit Kirsten 12.00-12.55 Zumba Inter- vall mit Marion <u>So., 13.10.19</u> 11.00-11.55 Zumba mit Anja
<u>Mo., 14.10.19</u> 9.15-10.45 Yoga mit Petra 19.30-20.25 Thai Bo mit Svenja	<u>Di., 15.10.19</u> 16.55-17.25 Yoga mit Petra	<u>Mi., 16.10.19</u> 18.30-19.25 Tabata mit Gundi 19.30-20.00 Bauch-Total mit Gundi	<u>Do., 17.10.19</u> 18.00-18.55 BOP mit Gundi 19.00-19.55 Cross it mit Paola 20.00-20.55 Mix it mit Paola	<u>Fr., 18.10.19</u> 11.30-12.15 Zumba Gold mit Marion 18.15-19.30 Yoga mit Claudia	<u>Sa., 19.10.19</u> 10.00-10.55 Step & Shape mit Kirsten 11.00-11.55 BOP mit Kirsten 12.00-12.55 Zumba mit Marion
<u>Mo., 21.10.19</u> 9.15-10.45 Yoga mit Petra 18.30-19.25 Step & Shape mit Melanie 19.30-20.25 BOP mit Melanie	<u>Di., 22.10.19</u> 16.55-17.25 Yoga mit Petra 18.30-19.25 Zumba mit Marion 19.30-20.00 Po-Spezial mit Marion	<u>Mi., 23.10.19</u> 18.00-18.55 Step Inter- vall mit Marion 19.00-19.30 Bauch-Total mit Marion	<u>Do., 24.10.19</u> 9.30-10.25 BOP mit Julia 19.00-19.55 Zumba mit Anja 20.00-20.55 Mix it mit Paola	<u>Fr. 25.10.19</u> 18.00-18.55 Cross it mit Paola	<u>Sa., 26.10.19</u> 11.00-12.30 Step & BOP- Mix mit Kirsten <u>So., 27.10.19</u> 10.30-12.00 Power Yoga mit Sabine