

# Kursprogramm Frühjahr/Sommer 2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Samstag	Sonntag
	<b>9.30-10.30</b> Bodystyling <i>mit Sigrid</i>			<b>10.00-11.00</b> Cycling* <i>mit Thorsten</i>	
	<b>10.30-11.30</b> Gesunder Rücken Gymnastik <i>mit Ingrid</i>	<b>10.30-11.30</b> Gesunder Rücken Gymnastik <i>mit Ingrid</i>	<b>10.30-11.30</b> Gesunder Rücken Gymnastik <i>mit Ingrid</i>	<b>11.30-12.30</b> Step´n Tone <i>mit Sandra</i>	<b>11.00-12.00</b> Fit-Mix <i>mit Maria</i>
<b>19.00-20.00</b> Bodystyling <i>mit Claudia P.</i>	<b>18.15-19.15</b> Bodystyling <i>mit Sandra</i>	<b>17.45-19.00</b> Step´n Style <i>mit Sigrid (75 min)</i>	<b>19.00-20.00</b> Fit-Mix <i>mit Sandra</i>		
		<b>19.00-20.00</b> Cycling* <i>mit Thorsten</i>			

\*Special Interest Kurs: Bitte beachte, dass die Teilnahme am Cyclingkurs auch für Kursmitglieder nur mit einer Einzel- oder Zehnerkarte möglich ist.  
Kursmitglieder können, wie die Fitness Mitglieder auch, für den Cyclingkurs eine Zehnerkarte zum ermäßigten Preis erwerben.