

## *Kursprogramm Sommer/Herbst 2020*

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Samstag	Sonntag
	<b>10.30-11.30</b> Gesunder Rücken Gymnastik	<b>10.30-11.30</b> Gesunder Rücken Gymnastik	<b>10.30-11.30</b> Gesunder Rücken Gymnastik		
	<b>12.00-13.00</b> Bodystyling			<b>11.00-12.00</b> Step´n Tone	<b>11.00-12.00</b> Fit-Mix
<b>19.00-20.00</b> Pilates & Rückengymnastik	<b>18.15-19.15</b> Bodystyling	<b>17.30-18.30</b> Step´n Style	<b>18.30-19.30</b> Fit-Mix		

***Bitte trage dich VORAB in die Listen ein. Das kannst Du vor Ort machen oder telefonisch unter 0228 – 4330666  
Die Teilnehmerlisten liegen immer für die aktuelle und die darauffolgende Woche aus.***

*Bitte beachte, dass die Kurse an Feiertagen pausieren.*