

Kursplan August 2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		01.08.18	02.08.18	03.08.18
		11:15 Zumba® Gold (Annette Madré) 17:00 Yoga-Flow (Christiane Reichelt) 19:45 Zumba Fitness® (Annette Madré)		**16:00 Beckenbodenkurs (Monika Pelzl)
06.08.18	07.08.18	08.08.18	09.08.18	10.08.18
18:45 Yogadance 20:00 Mental-Yin-Yoga (Annette Madré)	8:00 H.I.T. (Maria Lauer)	11:15 Zumba® Gold (Annette Madré) 17:00 Yoga-Flow (Christiane Reichelt) 19:45 Zumba Fitness® (Annette Madré)	19:00 Summerdance (Christiane Reichelt)	
13.08.18	14.08.18	15.08.18	16.08.18	17.08.18
18:45 Yogadance 20:00 Mental-Yin-Yoga (Annette Madré)	8:00 H.I.T. (Maria Lauer)	Mariä Himmelfahrt	09:30 Sturzprophylaxe 11:00 Rücken-Aktiv (Andrea Försterling) 19:00 Summerdance (Christiane Reichelt)	10:30 Sanfte Fitness (Martina Schmiedl)
20.08.18	21.08.18	22.08.18	23.08.18	24.08.18
11:00 AROHA®/KAHA® (Andrea Försterling) 18:45 Yogadance 20:00 Mental-Yin-Yoga (Annette Madré)	8:00 H.I.T. (Maria Lauer)	11:15 Zumba® Gold (Annette Madré) 19:45 Zumba Fitness® (Annette Madré)	09:30 Sturzprophylaxe 11:00 Rücken-Aktiv (Andrea Försterling) 17:00 Faszio® (Andrea Försterling) 19:00 Summerdance (Christiane Reichelt)	10:30 Sanfte Fitness (Martina Schmiedl)
27.08.18	28.08.18	29.08.18	30.08.18	31.08.18
11:00 AROHA®/KAHA® (Andrea Försterling)	8:00 H.I.T. (Maria Lauer)	11:15 Zumba® Gold (Annette Madré) 19:45 Zumba Fitness® (Annette Madré)	09:30 Sturzprophylaxe 11:00 Rücken-Aktiv (Andrea Försterling) 17:00 Faszio® (Andrea Försterling) 19:00 Summerdance (Christiane Reichelt)	10:30 Sanfte Fitness (Martina Schmiedl)

*Grau unterlegte Kurse sind nicht im ABO enthalten. **Der eXercise-Kurs wird mit 80% von den Krankenkassen bezuschusst.
Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung - Kursänderungen vorbehalten -