

FERIENKURSPROGRAMM

Dienstag	30. Juli	17:30	Langhantel Power Workout	Tina
		18:45	Functional Training/Zirkel	Tina
Donnerstag	1. August	17:30	Blackroll Moves	Tina
		18:45	Functional Training/Zirkel	Tina
Montag	5. August	9:00	Yoga	Katja
		10:15	Cross Workout	Katja
Dienstag	6. August	17:30	Langhantel Power Workout	Tina
		18:45	Functional Training/Zirkel	Tina
Donnerstag	8. August	17:30	Blackroll Moves	Tina
		18:45	Functional Training/Zirkel	Tina
Dienstag	13. August	17:30	Langhantel Power Workout	Tina
		18:45	Functional Training/Zirkel	Tina
Donnerstag	15. August	17:30	Blackroll Moves	Tina
		18:45	Functional Training/Zirkel	Tina
Freitag	16. August	16:30	Yoga	Katja
		18:00	Zumba	Katja
Montag	19. August	9:00	Yoga	Katja
		10:15	Cross Workout	Katja
Freitag	23. August	16:30	Yoga	Katja
		18:00	Zumba	Katja

Jeder Kurs kostet nur 4 €/Stunde.

Alle Kurse finden in den Tanz- und Gymnastikräumen im Vitus Sportcenter, bei gutem Wetter auch draußen statt.