






Unsere Kurse im September

-  Stretch & Relax - Freitag, 01.09. um 19 Uhr
-  Bauch Express - Samstag 02.09. um 9:30 Uhr
-  Power Zirkel- Montag, 04.09. um 20 Uhr
-  30 min Pilates – Mittwoch, 06.09. um 19 Uhr im kleinen Kursraum
-  Zumba - Donnerstag, 07.09. um 20 Uhr

Themenabend Ernährung – Freitag, 08.09. um 19 Uhr

-  30 min Po Express – Samstag 09.09. um 9:30 Uhr
-  Yoga - Montag, 11.09. um 20 Uhr
-  Stretch & Relax - Donnerstag, 14.09. um 20 Uhr
-  Rücken & Entspannung - Freitag, 15.09. um 19 Uhr
-  Fit von Kopf bis Fuß - Samstag 16.09. um 9 Uhr
-  Yoga für Zwischendurch - Montag, 18.09. um 17:30 Uhr im kleinen Kursraum
-  Zumba - Montag, 18.09. um 20 Uhr
-  30 min BOP – Dienstag, 19.09. um 19 Uhr im kleinen Kursraum
-  30 min Po Express – Donnerstag 21.09. um 20 Uhr
-  Power Zirkel - Freitag, 22.09. um 19 Uhr
-  Rückenfit - Samstag, 23.09. um 9 Uhr
-  30 min Pilates – Montag, 25.09. um 17:30 Uhr im kleinen Kursraum
-  30 min Bauch Express – Dienstag 26.09. um 19 Uhr im kleinen Kursraum
-  Stretch & Relax - Freitag, 29.09. um 19 Uhr
-  BOP – Samstag, 30.09. um 9 Uhr