

# KURSPLAN

## PHYSIOAKTIV

*corona*

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
<b>PILATES</b> 9:30 – 10:30 Anne	<b>STARKE MITTE</b> 9:30 – 10:30 Tatjana	<b>CYCLING</b> 10:30 – 11:30 Anne	<b>RÜCKEN-AKTIV</b> 9:30 – 10:30 Birgit	<b>BODYSTYLING</b> 10:30 – 11:30 Petra	
<b>MOBILITY</b> 17:30 – 18:15 Petra	<b>WSG</b> 18:15 – 19:15 Birgit	<b>RUMPF TOTAL</b> 18:30 – 19:30 Tatjana	<b>PILATES</b> 17:30 – 18:30 Anne		
<b>CYCLING</b> 18:30 – 19:30 Alex	<b>YOGA</b> 19:30 – 20:45 Andrea		<b>CYCLING</b> 18:30 – 19:30 Andrea	<p><i>gesund durch bewegung</i></p> <p><b>UND HYGIENE</b></p> <p>BIRGIT STÖTZEL</p>	

Tel. 02738-1606

**! Das muss beachtet werden:**

- ✓ Es gelten die Hygiene- und Abstandsregeln
- ✓ Eigene Matte, Handtuch und Trinkflasche mitbringen
- ✓ Telefonische Anmeldung vorab erforderlich: 02738-1606
- ✓ Maximale Teilnehmerzahl: 8 Personen