

KURSPLAN

PHYSIOAKTIV

corona

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
PILATES 9:30 – 10:30 Anne	STARKE MITTE 9:30 – 10:30 Tatjana	CYCLING 10:30 – 11:30 Anne	RÜCKEN-AKTIV 9:30 – 10:30 Birgit	BODYSTYLING 10:30 – 11:30 Petra	
MOBILITY 17:30 – 18:15 Petra	WSG 18:15 – 19:15 Birgit	RUMPF TOTAL 18:30 – 19:30 Tatjana	YOGA 10:45 – 12:00 Andrea F.		
CYCLING 18:30 – 19:30 Alex	YOGA 19:30 – 20:45 Andrea F.		PILATES 17:30 – 18:30 Anne	gesund durch bewegung UND HYGIENE BIRGIT STÖTZEL	
			CYCLING 18:30 – 19:30 Andrea S.		

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