

## KURSPLAN

# PHYSIOAKTIV

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>PILATES</b> 9:30 – 10:30 Anne	<b>PILATES</b> 10:30 – 11:30 Petra	<b>CYCLING</b> 9:30 – 10:30 Anne	<b>RÜCKEN-AKTIV</b> 9:30 – 10:30 Birgit	<b>BODYSTYLING</b> 10:30 – 11:30 Petra		<b>FIT DURCH DEN WINTER</b> 10:30 – 11:30 Anne <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">2.50 / MONAT</span>
			<b>YOGA</b> 11:00 – 12:30 Birgit			
<b>MOBILITY</b> 17:30 – 18:00 Petra			<b>KRAFT + DYNAMIK</b> 17:30 – 18:30 Anne			
<b>CYCLING</b> 18:15 – 19:15 Alex	<b>WSG</b> 18:00 – 19:00 Birgit	<b>RUMPF TOTAL</b> 18:30 – 19:30 Tatjana	<b>CYCLING</b> 18:45 – 19:45 Andrea S.	<b>AQUA CYCLING</b> 19:00 – 19:30 Sabine	<div style="text-align: center;"> <i>gesund durch bewegung</i>  <span style="border: 1px solid white; padding: 5px; display: inline-block;"><b>UND HYGIENE</b></span>                      BIRGIT STÖTZEL                 </div>	
	<b>YOGA</b> 19:15 – 20:45 Andrea F.	<b>FASZIEN-TRAINING</b> 19:00 – 20:00 Mario				

TEL. 02738-1606

AB 01. OKT 2021