

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
MONTAG RUHETAG Oktober - April		08.00 – 09.15 Uhr Hatha Yoga / EXTERN Infos + Anmeldung 0664/4321290		FREITAG KURSFREI
		16.15 – 17.00 Uhr Kids Dance Infos + Anmeldung 0680/2311023	14.00 – 14.50 Uhr Qi Gong Infos + Anmeldung 0680/2311023	
	17.30 – 18.30 Uhr Belly & Flow Infos + Anmeldung FSB 06226/8288	17.30 – 18.30 Uhr Full Body Workout Infos + Anmeldung FSB 06226/82 88	18.00- 19.00 Uhr Yoga Sanfte Entschleunigung Anmeldung 0680/2080767	
	19.00 - 20.30 Uhr Free Mind Cycling Infos + Anmeldung FSB 06226/8288	18.30 – 19.30 Uhr (Start: 20.10.) Boxen f. Anfänger Infos + Anmeldung 0664/88379639	19.15 – 20.15 Uhr Yoga-Ashtanga Inspired Infos + Anmeldung 0680/2080767	

1 Kurseinheit 1 Std. € 13 Spinning-Kurs 1,5 Std. € 15

INFO:

Für **Fitness-Mitglieder** sind **alle Kurse inkludiert**, ausgenommen Kurs mit Daniela.

Eigene Matten mitbringen | Kursmaterial ist nach dem Kurs zu desinfizieren