

# Kursprogramm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>09:30 - 10:20</b> <b>Qi Gong</b> Samira	<b>10:00 - 10:50</b> <b>Pilates</b> Eike			<b>09:00 - 09:50</b> <b>Bodyforming</b> Iris
			<b>15:00</b> <b>Senioren-Zirkel</b>	<b>10:00 - 10:50</b> <b>Rücken Fit</b> Eike
<b>18:30 - 19:20</b> <b>Poundfit</b> Hermine	<b>18:30 - 19:20</b> <b>Bauch-Beine-Po mit Rücken</b> Samira		<b>18:30 - 19:20</b> <b>Power Workout</b> Gundi	
<b>19:30 - 20:20</b> <b>Rückenschule</b> Gundi				

Rückenschule auch für NICHTMITGLIEDER & MÄNNER - Kosten für 10 Einheiten € 99,00. Für Mitglieder kostenlos.