

# Kurse Lady & Fitness Sommerferien 2017

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>	<u>Sa./So.</u>
<u>17. Juli</u> 9.30-11.00 Yoga mit Petra 19.00-19.55 Thai Bo mit Svenja	<u>18. Juli</u> 17.00-18.30 Yoga mit Petra	<u>19. Juli</u> 18.00-18.55 Step Intervall mit Annika 19.00-19.30 Bauch Total mit Annika	<u>20. Juli</u>	<u>21. Juli</u> 18.30-19.30 Power Mix mit Claudia (in Kooperation mit den LippeRunners Werne)	<u>22./23. Juli</u>
<u>24. Juli</u> 9.30-11.00 Yoga mit Petra 19.00-19.55 Thai Bo mit Svenja	<u>25. Juli</u>	<u>26. Juli</u> 18.00-18.55 Step Intervall mit Annika 19.00-19.30 Bauch Total mit Annika	<u>27. Juli</u> 18.00-18.55 Yin Yoga mit Sabine	<u>28. Juli</u> 18.30-19.30 Power Mix mit Claudia (in Kooperation mit den LippeRunners Werne)	<u>Samstag, 29. Juli</u> 12.00-12.55 Zumba mit Marion
<u>31. Juli</u> 19.00-19.55 Thai Bo mit Svenja	<u>01. August</u> 17.00-18.30 Yoga mit Petra	<u>02. August</u> 18.00-18.55 Rücken Vital mit Sabine 19.00-19.55 Power Yoga mit Sabine	<u>03. August</u> 9.30-10.25 BOP mit Julia 18.30-19.25 Zumba Isabell 19.30-20.00 Bauch-Total mit Isabell	<u>04. August</u> 18.30-19.30 Power Mix mit Claudia (in Kooperation mit den LippeRunners Werne)	<u>05./06. August</u>
<u>14. August</u> 18.00-18.55 StepChoreo mit Annika 19.00-19.30 Bauch Total mit Annika	<u>15. August</u>	<u>16. August</u> 18.00-18.55 StepIntervall mit Sabine 19.00-19.55 Yin Yoga mit Sabine	<u>17. August</u> 9.30-10.25 BOP mit Julia	<u>18. August</u> 17.30-18.15 Tabata mit Marco 18.30-19.30 Power Mix mit Claudia	<u>Sonntag, 20. August</u> 11.00-11.45 "Sommerspiele" mit Paola
<u>21. August</u> 18.00-18.55 StepChoreo mit Annika 19.00-19.30 Bauch Total mit Annika	<u>22. August</u>	<u>23. August</u> 18.00-18.55 Rücken Vital mit Sabine 19.00-19.55 Power Yoga mit Sabine	<u>24. August</u> 19.00-19.45 "Sommerspiele" mit Paola	<u>25. August</u> 18.30-19.30 Power Mix mit Claudia (in Kooperation mit den LippeRunners Werne)	<u>Samstag, 26. August</u> 10.00-10.45 Tabata mit Marco 11.00-13.00 Zumba-Masterclass mit Marion & Marco
<u>28. August</u> 19.00-19.55 Thai Bo mit	<u>29. August</u>	<u>30. August</u> 18.00-18.55 Zumba Intervall mit Marion	<u>31. August</u>	Ab September beginnen die regulären Kurse	