

# Ferienkurse Sommer 2025 (Woche 1-3)

Anmeldung für die Kurse der Wochen 1-3 ab Freitag, 11.07. 8 Uhr!!!

Sa., 12.07.

11.00-11.55 BOP mit Kirsten  
12.00-12.55 Zumba mit Anja

Mo., 14.07.



Di., 15.07.

Das Studio ist

Mi., 16.07.

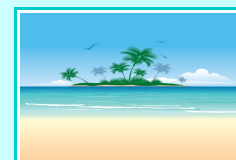
**Sommerpause**

von Mo., 14. - Fr., 18.07.

Do., 17.07.

geschlossen!!!

Fr., 18.07.



Sa., 19.07.

11.00-11.55 BOP mit Kirsten  
12.00-12.55 Zumba mit Anja

So., 20.07.

10.30-11.25 Power Yoga mit  
Sabine

Mo., 21.07.

9.15-10.45 Yoga mit Petra

18.00-18.55 Step Choreo  
mit Annika

19.00-19.55 BOP mit  
Annika

Di., 22.07.

16.50-18.20 Yoga mit Petra

18.30-19.25 Zumba mit  
Anja

19.30-20.25 Ballance mit  
Moni

Mi., 23.07.

10.30-11.25 Pilates mit  
Isabell

17.30-18.25 Rücken Vital mit  
Rita

18.30-19.25 Latina Dance mit  
Polina

Do., 24.07.

18.30-19.25 Rücken Vital  
mit Rita

19.30-20.25 Ballance mit  
Moni

Fr., 25.07.

11.30-12.15 Zumba Gold  
mit Marion

17.00-17.55 Latina Dance  
mit Polina

Sa., 26.07.

11.00-11.55 Ganzkörperzirkel  
mit Kirsten

12.00-12.55 Zumba Intervall  
mit Marion

So., 27.07.

10.30-11.25 „Reifenliebe“  
Hula Hoop-Zirkel mit Camilla

Mo., 28.07.

10.30-11.25 Latina Dance  
mit Polina

18.00-18.55 Step Choreo  
mit Annika

19.00-19.55 BOP mit  
Annika

Di., 29.07.

18.30-19.20 Zumba mit  
Marion

19.30-20.00 Bauch-Spezial  
mit Marion

Mi., 30.07.

10.15-11.00 Rücken Vital  
mit Rita

11.15-12.00 Rücken Vital mit  
Rita

17.30-18.25 Pilates mit Marion

18.30-19.25 Step Zirkel mit  
Marion

19.30-20.25 „Reifenliebe“  
Hula Hoop mit Camilla

Do., 31.07.

18.30-19.25 Rücken Vital  
mit Rita

19.30-20.25 Ballance mit  
Moni

Fr., 01.08.

17.00-17.55 Latina Dance  
mit Polina

Sa., 02.08.

11.00-11.55 Lang- und Kurz-  
hanteltraining  
mit Kirsten

12.00-14.00 Zumba Master-  
class mit Anja,  
Melanie &  
Marion