

# Ferienkurse Sommer 2025 (Woche 4-6)



Anmeldung für die Kurse der Wochen 4-6 ab Freitag, 01.08. 8 Uhr!!!

<u>Mo., 04.08.</u>	<u>Di., 05.08.</u>	<u>Mi., 06.08.</u>	<u>Do., 07.08.</u>	<u>Fr., 08.08.</u>	<u>Sa., 09.08.</u>
<p>9.15-10.45 Yoga mit Petra</p> <p>18.30-18.25 BOP mit Gundi</p> <p>19.30-20.25 Stretching mit Gundi</p>	<p>16.50-18.20 Yoga mit Petra</p> <p>18.30-19.25 Zumba mit Marion</p> <p>19.30-20.25 Pilates „Special Bauch“ mit Marion</p>	<p>10.15-11.00 Rücken Vital mit Gundi</p> <p>11.15-12.00 BeBo-Training mit Gundi</p> <p>17.30-18.25 Pilates "Special Gleichgewicht" mit Marion</p> <p>18.30-19.25 Step &amp; BOP-Mix mit Marion</p> <p>19.30-20.25 Tabata mit Gundi</p>	<p>18.30-19.25 Rücken Vital mit Gundi</p>	<p>11.30-12.15 Zumba Gold Intervall mit Marion</p> <p>18.00-18.55 Ballance mit Moni</p>	<p>11.00-11.55 Ganzkörperzirkel mit Marion</p> <p>12.00-12-55 Zumba mit Marion</p> <p>13.00-13.30 Stretching mit Marion</p> <p><u>So., 10.08.</u></p> <p>10.30-11.25 Power Yoga mit Sabine</p>
<u>Mo., 11.08.</u>	<u>Di., 12.08.</u>	<u>Mi., 13.08.</u>	<u>Do., 14.08.</u>	<u>Fr., 15.08.</u>	<u>Sa., 16.08.</u>
<p>9.15-10.45 Yoga mit Petra</p> <p>18.30-19.25 Ballance mit Moni</p> <p>19.30-20.25 Thai Bo mit Marion</p>	<p>16.50-18.20 Yoga mit Petra</p> <p>18.30-19.25 Zumba Intervall mit Marion</p> <p>19.30-20.00 Po-Spezial mit Marion</p>	<p>10.15-11.00 Rücken Vital mit Gundi</p> <p>11.15-12.00 BeBo-Training mit Gundi</p> <p>17.30-18.25 Pilates mit Marion</p> <p>18.30-19.25 Step mit Marion</p> <p>19.30-20.25 Ganzkörperzirkel mit Gundi</p>	<p>18.30-19.25 Langhantel-training mit Gundi</p>		<p>12.00-12.55 Zumba mit Anja</p>
<u>Mo., 18.08.</u>	<u>Di., 19.08.</u>	<u>Mi., 20.08.</u>	<u>Do., 21.08.</u>	<u>Fr., 22.08.</u>	<u>Sa., 23.08.</u>
<p>18.30-19.25 Power Yoga mit Sabine</p> <p>19.30-20.25 Ballance mit Moni</p>	<p>16.50-18.20 Yoga mit Petra</p> <p>18.30-19.25 Zumba mit Marion</p> <p>19.30-20.00 Bauch-Spezial mit Marion</p>	<p>10.15-11.00 Rücken Vital mit Gundi</p> <p>11.15-12.00 BeBo-Training mit Gundi</p> <p>17.30-18.25 Pilates mit Marion</p> <p>18.30-19.25 Step Intervall mit Marion</p> <p>19.30-20.25 Tabata mit Gundi</p>	<p>18.30-19.25 Po &amp; Bauch-Spezial mit Gundi</p>	<p>11.30-12.15 Zumba Gold mit Marion</p>	<p>11.00-11.55 BOP mit Kirsten</p> <p>12.00-12-55 Zumba Intervall mit Marion</p> <p><u>So., 24.08.</u></p> <p>10.30-11.25 Power Yoga mit Sabine</p>