





Ferienkurse Sommer 2022 (Woche 4-6 der Sommerferien)

Anmeldungen sind immer ab freitags für die folgende Woche möglich!

(Ausnahme: Anmeldungen für die 5. und 6. Ferienwoche ab dem 22.7.!)

<u>Mo., 18.07.</u>	<u>Di., 19.07.</u>	<u>Mi., 20.07.</u>	<u>Do., 21.07.</u>	<u>Fr., 22.07.</u>	<u>Sa., 23.07.</u>
<p>18.30-19.25 Dance mit Annika</p> <p>19.30-20.25 BOP mit Annika</p>	<p>18.30-19.25 Zumba mit Marion</p> <p>19.30-20.25 Pilates mit Marion</p>	<p>10.00-10.55 BOP mit Kirsten</p> <p>17.30-18.25 Pilates Special Bauch mit Marion</p> <p>18.30-19.25 Step mit Marion</p> <p>19.30-20.25 Tabata mit Marion</p>	<p>19.15-20.10 Thai Bo mit Svenja</p>	<p>11.30-12.15 Zumba Gold mit Marion (für Anfänger & Einsteiger geeignet)</p>	<p>11.00-11.55 Ganzkörperzirkel mit Marion</p> <p>12.00-12.55 „Zumba meets Hula Hoop“ mit Marion</p>
<u>Mo., 25.08.</u>	<u>Di., 26.08.</u>	<u>Mi., 27.08.</u>	<u>Do., 28.08.</u>	<u>Fr., 29.08.</u>	<u>Sa., 30.08.</u>
<p>18.30-19.25 Step Intervall mit Marion</p> <p>19.30-20.10 Bauch Total mit Marion</p>	<p>17.30-18.25 Pilates</p> <p>18.30-19.25 Zumba Intervall mit Marion</p>	<p>Sommerpause</p> 	<p>Sommerpause</p> 	<p>Sommerpause</p> 	<p>Sommerpause</p> 
<u>Mo., 01.08.</u>	<u>Di., 02.08.</u>	<u>Mi., 03.08.</u>	<u>Do., 04.08.</u>	<u>Fr., 05.08.</u>	<u>Sa., 06.08.</u>
<p>9.15-10.45 Yoga mit Petra</p> <p>19.00-19.55 Ganzkörperzirkel mit dem Step mit Marion</p> <p>20.00-20.30 Stretching mit Marion</p>	<p>16.50-18.20 Yoga mit Petra</p> <p>18.30-20.30 Zumba Masterclass mit Nicole, Anja & Marion → 2 Stunden Zumba, 3 Trainerinnen & viel gute Laune!</p>	<p>17.30-18.25 Pilates mit Marion</p> <p>18.30-19.25 Step & Bauch mit Marion</p> <p>19.30-20.25 Tabata mit Marion</p>	<p>19.15-20.10 Thai Bo mit Svenja</p>	<p>11.30-12.15 Zumba Gold Intervall mit Marion (für Anfänger & Einsteiger geeignet)</p>	<p>10.00-10.55 Zirkeltraining mit Kirsten</p> <p>12.00-12.55 Zumba mit Marion</p>