

KURSSPECIALS

AUGUST

ENDENICH

**02.08.
mit Eda**

10:00 Uhr
LesMills Bodypump
11:00 Uhr LesMills
Bodybalance

**09.08.
mit Irene**

10:00 Uhr
Bodypump
11:00 Uhr
Pilates

**16.08.
mit Irene**

10:00 Uhr
Bodypump
11:00 Uhr
Pilates

**23.08.
mit Sandra**

10:00 Uhr Fatburner
meets Kick&Punch
11:00 Uhr
Bodystyling

**30.08.
mit Sigi**

10:00 Uhr
Stepdance
11:00 Uhr
Bodystyling

SANKT AUGUSTIN

**23.08.
mit Irene**

10:30 Uhr
Fitmix
11:30 Uhr
Pilates

**30.08.
mit Monika**

10:30 Uhr
Yoga (90 Min.)

BORNHEIM

**03.08.
mit Conny**

10:00 Uhr
LesMills Bodypump
11:00 Uhr LesMills
BodyCombat

**10.08.
mit Irene**

10:00 Uhr
LesMills Bodypump
11:00 Uhr
Pilates

**17.08.
mit Lynn**

10:00 Uhr
Pilates
11:00 Uhr
Yoga

**24.08.
mit Conny**

10:00 Uhr
LesMills Bodypump
11:00 Uhr LesMills
BodyCombat

**31.08.
mit Sigi**

10:00 Uhr
Stepdance
11:00 Uhr
Bodystyling

BEUEL

**03.08.
mit Lenka**

10:00 Uhr
Zumba
11:00 Uhr
Bodystyling

**10.08.
mit Nella**

10:00 Uhr
Fitmix
11:00 Uhr
Pilates

**17.08.
mit Jutta**

10:00 Uhr
Rückenfit
11:00 Uhr
Bodystyling

24.08.

10:00 Uhr mit
Monika Yoga
11:00 Uhr mit
Cordula Step1

**31.08.
mit Irene**

10:00 Uhr
Bodypump
11:00 Uhr
Pilates

PLITTERSDORF

**02.08.
mit Anja**

11:00 Uhr
Yoga (1,5h)
12:30 Uhr
Bauch Intensiv

**09.08.
mit Denise**

10:00 Uhr
Pilates
11:00 Uhr
Bodyworkout

**16.08.
mit Anja**

11:00 Uhr
Yoga (1,5h)
12:30 Uhr
Bauch/Beine/Po

23.08.

mit Kadriye
11:00 Uhr LesMills
Bodybalance
12:00 Uhr
HIIT

**30.08.
mit Sylvia**

11:00 Uhr
Rückenfit
12:00 Uhr
Bodyworkout