

# KURSSPECIALS

OKTOBER

## ENDENICH

**04.10.**

10:00 Uhr  
Stepdance – Sigi

11:00 Uhr  
Bodystyling – Sigi

**11.10.**

10:00 Uhr  
BodyPump  
Techniktraining  
11:20 Uhr  
Pilates Techniktraining

**18.10.**

10:00 Uhr  
BBP – Julia  
  
11:00 Uhr  
Stretch & Mobility – Julia

**25.10.**

10:00 Uhr  
Zumba – Grazia  
  
11:00 Uhr  
Pilates – Grazia

## SANKT AUGUSTIN

**03.10.**

10:00 Uhr  
Pilates – Melanie  
  
11:00 Uhr  
BodyBalance – Melanie

**10.10.**

10:00 Uhr  
Fatburner – Irene  
  
11:00 Uhr  
Pilates – Irene

**17.10.**

10:00 Uhr  
BodyPump  
Techniktraining  
11:20 Uhr  
BodyCombat  
Techniktraining

**24.10.**

10:00 Uhr  
Pilates – Grazia  
  
11:00 Uhr  
Zumba – Grazia

**31.10.**

10:00 Uhr  
BodyPump – Irene  
  
11:00 Uhr  
Pilates – Irene

## BORNHEIM

**04.10.**

10:00 Uhr  
BodyPump – Conny  
  
11:00 Uhr  
BodyCombat – Conny

**11.10.**

10:00 Uhr  
Stepdance – Sigi  
  
11:00 Uhr  
Bodystyling – Sigi

**18.10.**

10:00 Uhr  
Bodystyling – Grazia  
  
11:00 Uhr  
Zumba – Grazia

**25.10.**

10:00 Uhr  
Fatburner – Irene  
  
11:00 Uhr  
Pilates – Irene

## BEUEL

**04.10.**

10:00 Uhr  
Pilates – Monika  
  
11:00 Uhr  
BodyCombat – Irini

**11.10.**

10:00 Uhr  
Rückenfit – Lenka  
  
11:00 Uhr  
Bodystyling – Lenka

**18.10.**

10:00 Uhr  
Yoga – Caro  
  
11:00 Uhr  
Step1 – Cordula

**25.10.**

10:00 Uhr  
BodyPump – Cindylee  
  
11:00 Uhr  
Step1 – Cordula

## PLITTERSDORF

**03.10.**

10:00 Uhr  
Shapes – Katja  
  
11:00 Uhr  
Bodyworkout – Katja

**10.10.**

10:00 Uhr  
Pilates – Alina  
  
11:00 Uhr  
Stretch & Mobility – Alina

**17.10.**

10:00 Uhr  
BBP – Denise  
  
11:00 Uhr  
Pilates – Denise

**24.10.**

11:00 Uhr  
Yoga – Anja

**31.10.**

10:00 Uhr  
Bodystyling – Grazia  
  
11:00 Uhr  
Stretch & Mobility – Grazia