



SONNTAGS-KURSE IM AUGUST



05.08.2018

10.00 – 10.55 Uhr

11.00 – 11.30 Uhr

mit Steffi

Intervall mit Step

Bewegter Rücken

12.08.2018

10.00 – 10.55 Uhr

11.00 – 11.30 Uhr

SQ-Team

Fit Mix

Happy Sunday

19.08.2018

10.00 – 11.00 Uhr

11.05 – 11.35 Uhr

mit Steffi

Aerobic Mix

Body Power & Yoga

26.08.2018

10.00 – 10.55 Uhr

11.00 – 11.30 Uhr

mit Steffi

Intervall mit Pfiff

Fit & Relax

Wir wünschen erholsame Ferien und einen tollen Sommer!
Euer SportQuadrat-Team