



# SONNTAGSKURSE 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