



Sonntags-Kurse im Oktober

7. Oktober	10.00 – 10.55 Uhr	Aerobic-Special mit Steffi
	11.00 – 11.30 Uhr	Faszien Training mit Steffi
14. Oktober	10.00 – 10.55 Uhr	Fit Mix mit Steffi
	11.00 – 11.30 Uhr	Body Power & Yoga mit Steffi
21. Oktober	10.00 – 10.55 Uhr	Cardio Happy Hour mit SQ-Team
	11.00 – 11.30 Uhr	Body Workout mit SQ-Team

Herbstaktion „Kursspecial“

28. Oktober	09.15 – 10.10 Uhr	Yoga mit Alex H.
	10.15 – 11.10 Uhr	Fit Mix mit Steffi
	11.15 – 11.45 Uhr	Faszien & Relax mit Steffi

