



## Änderungen zum Sommer-Programm

Mo, 08.07.	08.45	<b>Sommerpause</b>		bellicon® JUMPING
	09.15	Vinyasa Yoga	mit Youngju	anstelle Poweryoga
Di, 09.07.	08.45	<b>Sommerpause</b>		TRX
Mi, 10.07.	08.45	Pilates Slings	mit Esthi Krügel	deepWORK® meets Pilates
	20.00	DanceFIT	mit Mary	Fit&Funky
Do, 11.07.	09.00	<b>Sommerpause</b>		bellicon® JUMPING
Mo, 15.07.	08.45	<b>Sommerpause</b>		bellicon® JUMPING
	09.15	Vinyasa Yoga	mit Youngju	POWERYOGA
Di, 16.07.	08.45	<b>Sommerpause</b>		TRX
Mi, 17.07.	08.45	Pilates Slings	mit Esthi Krügel	deepWORK® meets Pilates
Do, 18.07.	09.00	M.A.X. (30min)	mit Betty	bellicon® JUMPING
	19.05	<b>Sommerpause</b>		Power Core
Fr, 19.07.	08.45	<b>Sommerpause</b>		Pilates
Di, 23.07.	20.00	<b>Sommerpause</b>		DanceFIT
Mi, 24.07.	08.45	Body Workout	mit Simone	deepWORK® meets Pilates
	10.00	<b>Sommerpause</b>		Bewegte Rückbildung
	19.00	<b>Sommerpause</b>		Bewegte Rückbildung
Do, 25.07.	19.15	<b>Sommerpause</b>		bellicon® JUMPING
Fr, 26.07.	08.45	<b>Sommerpause</b>		Pilates
Di, 30.07.	19.15	<b>Sommerpause</b>		bellicon® JUMPING
Mi, 31.07.	08.45	<b>Sommerpause</b>		deepWORK® meets Pilates
	10.00	<b>Sommerpause</b>		Bewegte Rückbildung
	19.00	<b>Sommerpause</b>		Bewegte Rückbildung
<b>Do, 01.08.</b>		<b>Nationalfeiertag</b>		keine Kurse
Mi, 07.08.	20.00	DanceFIT	mit Mary	Fit&Funky
Mo, 12.08.	19.30	<b>Sommerpause</b>		Vinyasa Yoga
Mi, 14.08.	20.00	DanceFIT	mit Mary	Fit&Funky
<b>Do, 15.08.</b>		<b>Maria Himmelfahrt</b>		keine Kurse