

KURSSPECIALS

APRIL

ENDENICH

**05.04.
mit Sigi**

10:00 Uhr
Stepdance
11:00 Uhr
Functional Training

**12.04.
mit Sigi**

10:00 Uhr
Stepdance
11:00 Uhr Intervall
Bodyworkout

**19.04.
mit Irene**

10:00 Uhr
Fitmix
11:00 Uhr
Bodyshape

**21.04.
mit Lyubka**

11:00 Uhr
365
12:00 Uhr
Bodyart Yin & Yang

**26.04.
mit Sandra**

10:00 Uhr
Step
11:00 Uhr
Bodystyling

SANKT AUGUSTIN

**05.04.
mit Lyubka**

10:30 Uhr
365
11:30 Uhr
Bodyart

**12.04.
mit Chris**

10:30 Uhr
Bodystyling
11:30 Uhr
Zumba

**19.04.
mit Daniela**

10:30 Uhr
Rückenfit
11:30 Uhr
Yoga Stretch

**26.04.
mit Irene**

10:30 Uhr
Fitmix
11:30 Uhr
Pilates

BORNHEIM

**06.04.
mit Sigi**

11:00 Uhr
Step
12:00 Uhr
Funcional Training

**13.04.
mit Conny**

11:00 Uhr
Lesmills Bodypump
12:00 Uhr
HIT Mixed Intervall

**20.04.
mit Irene**

11:00 Uhr
Fitmix
12:00 Uhr
Pilates

**21.04.
mit Irene**

11:00 Uhr
Fitmix
12:00 Uhr
Pilates

**27.04.
mit Julia**

11:00 Uhr
Lesmills Dance
12:00 Uhr Lesmills
Bodycombat

BEUEL

**06.04.
mit Lenka**

10:00 Uhr
Zumba
11:00 Uhr
Bodystyling

**13.04.
mit Daniela**

10:00 Uhr
Fitmix
11:00 Uhr
Yoga Stretch

**20.04.
mit Jutta**

10:00 Uhr
Rückenfit
11:00 Uhr
Bauch/Beine/Po

**21.04.
mit Nella**

10:00 Uhr
RückenBauch
10:45 Uhr
Bodystyling

27.04.

10:00 Uhr mit Nella
Bodystyling
11:00 Uhr mit
Cordula Step1

PLITTERSDORF

**05.04.
mit Jutta**

11:00 Uhr
Rückenfit
12:00 Uhr
Bodystyling

**13.04.
mit Lyubka**

11:00 Uhr 365
dynamic strength
12:00 Uhr
BodyArt Yin & Yang

**19.04.
mit Katja**

11:00 Uhr
LesMills Shape

**20.04.
mit Lyubka**

11:00 Uhr 365
dynamic strength
12:00 Uhr
BodyArt Yin & Yang

**26.04.
mit Monique**

11:00 Uhr
Zumba

**27.04.
mit Anja**

11:00 Uhr
Bauch/Rücken
11:30 Uhr
Yoga 90min