








Kursangebote auf einen Blick

3. Tertial 2009

Montag		Dienstag		Mittwoch		Preisübersicht		Donnerstag		Freitag	
K10	Seite 16 8:30 - 9:30 Uhr Rückenaktiv	K83	Seite 13 8:30 - 9:30 Uhr Fit für den Alltag			Kinder in Bewegung Nichtmitglieder 70,00 Mitglieder 35,00	K23	Seite 20 9:30 - 10:30 Uhr Pilates			
K20	Seite 7 9:30 - 10:30 Uhr BBP	K67	Seite 22 9:00 - 10:00 Uhr Sanftes Yoga	K41	Seite 10 14:00 - 14:45 Uhr Kinder in Bewegung (3 - 5 Jahre)	Freude am Tanzen:(60 min) Nichtmitglieder 39,00 Mitglieder 20,00	K25	Seite 20 10:30 - 11:30 Uhr Pilates für Anfänger	K82	Seite 26 9:00 - 10:00 Uhr Powergymnastik für Senioren	
K81	Seite 13 10:30 - 11:30 Uhr Fit für den Alltag	K80	Seite 17 9:30 - 10:30 Uhr Fit im Alter	K44	Seite 10 15:00 - 15:45 Uhr Kinder in Bewegung (6 - 7 Jahre)	Kurs Krafttraining: Nichtmitglieder Erw. 65,00 Nichtmitglieder Jgd. 40,00	K39	Seite 26 16:30 - 17:30 Uhr Walking für Anfänger	K27	Seite 12 10:00 - 11:00 Uhr Rücken/Beckenb./ Osteop.-Gymnastik	
K93	Seite 8 15:15 - 16:15 Uhr Tai Chi	K91	Seite 8 19:00 - 20:00 Uhr Tai Chi für Fortgeschrittene	K42	Seite 19 16:00 - 17:00 Uhr Freude am Tanzen (Mäuseballett I 4-7 J)	Yoga: (60 min) Nichtmitglieder 75,00 Mitglieder 36,00					
K68	Seite 22 16:00 - 17:00 Uhr Yoga NEU !			K12	Seite 16 17:30 - 18:30 Uhr Rückenaktiv	Walking für Anfänger: Nichtmitglieder 35,00 Mitglieder 20,00	K11	Seite 16 17:00 - 18:00 Uhr Rückenaktiv			
	Montag					Bauchtanz:(90 min,7 Einh.) Nichtmitglieder 68,25 Mitglieder 36,75					Donnerstag
K66	Seite 22 17:00 - 18:00 Uhr Yoga	K26	Seite 23 19:00 - 20:00 Uhr Power Step	K30 K31	Seite 28 18:00 - 19:30 Uhr 19:30 - 20:00 Uhr Herzsportgruppen		K24	Seite 18 18:00 - 19:00 Uhr Ganzkörpertraining mit Pilateselementen	K28	Seite 23 19:00 - 20:00 Uhr Step-Aerobic für Jedermann/-frau	
K84	Seite 13 18:00 - 19:00 Uhr Senioren-gymnastik für Frauen	K51	Seite 9 20:00 - 21:00 Uhr TaiBo			Alle sonst.Kurse (10 Einh.) Nichtmitglieder 65,00 Jugendliche < 18 J 39,00 Mitglieder 35,00	K29	Seite 12 18:15 - 19:15 Uhr Rücken/Beckenb./ Osteop. (Anfänger)	K85	Seite 18 19:00 - 20:00 Uhr Kraft & Kondition	
K22	Seite 15 19:00 - 20:00 Uhr Slow-Motion- Fitness					Jugendliche < 18 J 20,00	K21	Seite 7 19:15 - 20:15 Uhr BBP	K53	Seite 10 19:00 - 20:30 Uhr Bauchtanz	