

## Kursplan

gültig ab 04.01.2018

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00 – 09.50	Bodyshape & Rücken Yasemin <i>Raum A</i>						
10.00 – 10.50	Wirbelsäulengymnastik Yasemin <i>Raum A</i>				Fitness Cocktail Daniela <i>Raum B</i>	Bodyshape & Rücken Nicole <i>Raum A</i>	
11.00 – 11.50	Fit ab 60 Yasemin <i>Raum A</i>				Pilates Daniela <i>Raum B</i>	Zumba Evgeniya <i>Raum A</i>	Zumba Nalan <i>Raum A</i>
17.00 – 17.50		Fitness Cocktail Ulrike <i>Raum A</i> <hr/> Betriebssport (geschlossene Gruppe) Yasemin <i>Raum B</i>		Zumba Kati <i>Raum A</i>	17.30 - 18.20 Zumba Kati <i>Raum A</i>		
18.00 – 18.50	Bauch-Beine-Po Claudia <i>Raum B</i>	Step Aerobic Ulrike <i>Raum B</i>	Step & Shape Claudia <i>Raum C</i>	Power Bodyshape Kati <i>Raum B</i>	18.30 - 19.20 Fitness Cocktail Kati <i>Raum B</i>		
19.00 – 19.50	Wirbelsäulengymnastik Yasemin <i>Raum B</i>	Pilates Yasemin <i>Raum B</i>	Bodyshape & Rücken Ulrike <i>Raum C</i>	Faszien Pilates/WSG Kati <i>Raum C</i>			
20.00 – 20.50		Bodyshape & Rücken Yasemin <i>Raum B</i>	Fit for Sun (Apr.-Sept.) / Ski Fit (Okt.-Mrz.) Ulrike <i>Raum C</i>	Power Fitness* 50 Min./100 Min. (Kurs kann für 50 oder 100 Min. gebucht werden) Stephan <i>Raum C</i>			

\* Power Fitness 50 Min./100 Min.: Termine können variieren. Bitte Aushänge und Infos auf unserer Homepage beachten!!!

**Gymnastik-Zehnerkarte: 70,-€** (ab Kaufdatum 6 Monate gültig / zu den Kurszeiten bei jedem Trainer erhältlich) **ODER**

**Kursflatrate** (unbegrenzte Kursbesuche / zu den Kurszeiten bei jedem Trainer erhältlich): **1 Monat 55,-€ / 3 Monate 150,-€ / 6 Monate 280,-€ / 12 Monate 550,-€**

**Probestunde: 10,-€** (nur EINMALIG nutzbar / wer im DIREKTEN Anschluss an die Probestunde eine 10er Karte erwirbt, bekommt die 10,-€ auf den Preis der 10er Karte verrechnet)

**Nur Barzahlung möglich! Geld bitte IMMER PASSEND bereithalten!**

**Die Kurse finden ab 3 Teilnehmern statt. Bitte zu jedem Kurs Indoor-Turnschuhe, ein Handtuch und etwas zu Trinken mitbringen.**

**ALLE WICHTIGEN NEUERUNGEN UND ÄNDERUNGEN SOWIE DIE KURSDESCHEIBUNGEN FINDEST DU UNTER**  
[www.happysportsworld.de](http://www.happysportsworld.de)