

# August 2018 Kursplan *Gültig ab 30/07/2018 -Änderungen vorbehalten!*

| Montag                        | Dienstag                             |                                       | Mittwoch                      | Donnerstag                    | Freitag                          |
|-------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
|                               | 9.30-10.25<br><b>Bodyforming</b>     | 9.30-10.25<br><b>Fit Mix<br/>Ü 60</b> |                               |                               | 9.30-10.25<br><b>Bodyforming</b> |
| 17.00-17.55<br><b>Fit Mix</b> | 17.00-17.55<br><b>Bodydefinition</b> |                                       | 18.00-18.55<br><b>Fit Mix</b> | 18.00-18.55<br><b>Fit Mix</b> |                                  |
| 18.00-18.55<br><b>Step</b>    | 18.00 – 19.00<br><b>Fit Mix</b>      |                                       |                               | 19.00-19.55<br><b>Zumba</b>   | 19.00-19.55<br><b>Spinning</b>   |
| 19.00-19.55<br><b>BBP</b>     | 19.00 – 19.55<br><b>Body Power</b>   |                                       |                               |                               |                                  |
|                               | 20.00-21.00<br><b>WS-Gymnastik</b>   |                                       |                               |                               |                                  |

Bitte rechtzeitig zum Kurs erscheinen, Handtuch nicht vergessen und bei gesundheitlichen Problemen den Kursleiter informieren!

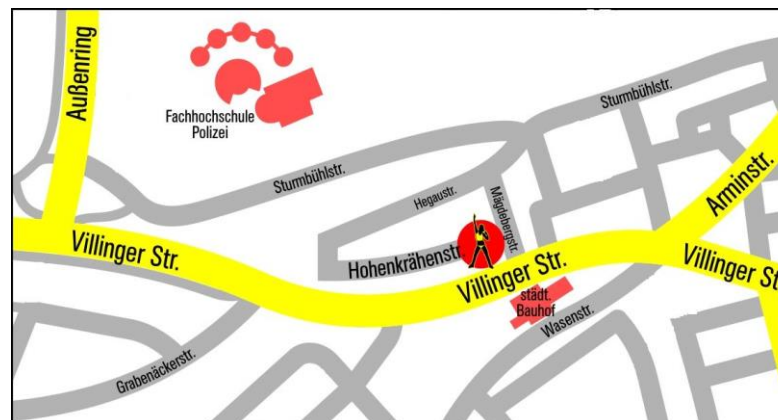


## ***Dynamis Fitnesscenter***

Hohenkrähenstr. 2

78054 VS-Schwenningen

Tel. 07720-22611



## **Öffnungszeiten:**

**Mo. - Fr. 9.00 -22.00 Uhr**

**Sa. 13.00 – 19.00 Uhr**

**So. 10.00 -16.00 Uhr**

\* VHS-Kurs, Teilnahme für Mitglieder möglich