



# Kursplan des Sportlerheims (Am Sportplatz 1 in Nusse)



<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>
<u>17:15 – 18:45</u> <b>YOGA</b> mit Petra				
		<u>18:40 – 19:40</u> <b>Bleibe fit!</b> mit Alessandra		
<u>19:00 – 20:00</u> <b>RITMIX</b> mit Kerstin	Raum belegt (18:30 – 20:00)			
<u>20:00 – 21:00</u> <b>TABATA</b> mit Kerstin				

**Du möchtest gerne mittrainieren? Kein Problem!**

**Schau einfach ganz unverbindlich während der Trainingszeiten zum Schnuppern vorbei!**

**Bei eventuellen Rückfragen stehe ich gerne zur Verfügung!**

Henrike Rowlin-Böttcher ♦ 0160 / 979 43 843 ♦ Henrike.Rowlin@gmx.de

**!!! KURSLEITER/IN GESUCHT !!!**