

Kursbeginn	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
15.30 - 16.00 Uhr	Sommerpause bis 29.8 Yoga Andrea			
16.00 - 16.30 Uhr				
16.30 - 17.00 Uhr	Wirbelsäulen-Gymnastik Uli	Wirbelsäulen-Gymnastik Katja	Pilates Uli	Langhantel-Workout Astrid/Katja
17.00 - 17.30 Uhr				
17.30 - 18.00 Uhr	Faszien-Training Uli	Ganzkörper-Training Katja	Ganzkörper-Training Uli	Yoga Andrea
18.00 - 18.30 Uhr				
18.30 - 19.00 Uhr	Langhantel-Workout Uli		Indoor Cycling Uli	Sommerpause bis 25.8
19.00 - 19.30 Uhr				
19.30 - 20.00 Uhr			Sommerpause bis 31.8	

Für mehr WOW bei Dow!



Länger gesund und fit
in allen Lebensbereichen

- ✓ Persönliche Beratung und Betreuung
- ✓ Breites Kursangebot
- ✓ Ernährungsberatung
- ✓ Milon Zirkel
- ✓ Gerätetraining
- ✓ Vibro Boost
- ✓ Training mit der MFT Fit Disc
- ✓ ...



**KOSTENLOSES
PROBETRAINING?**