

# Präventions- und Fitness-Zentrum der SOLEWELT

## Mitglieder-Kursplan für KW 25 (nach Wiedereröffnung 2021)

Aufgrund der behördlichen Hygiene-Auflagen sind pro Land-Kurs max. 15 Personen zugelassen. Deshalb bitte grundsätzlich für den gewünschten Kurs telefonisch oder per E-Mail **anmelden!** Das SOLE Aktivbad ist derzeit noch geschlossen.

Montag, 21. Juni	Dienstag, 22. Juni	Mittwoch, 23. Juni	Donnerstag, 24. Juni	Freitag, 25. Juni	Samstag, 26. Juni
				09:00 – 09:45 Uhr Rücken-Fit	
	11:30 – 12:00 Uhr Kurs-Mix	11:30 – 12:00 Uhr Kurs-Mix	11:30 – 12:00 Uhr Kurs-Mix		
			17:00 -17:45 Uhr Yoga	17:00 – 18:00 Uhr Strong/Stretch	
18:00 – 18:45 Uhr Rücken-Fit	18:00 – 18:45 Uhr Pilates	18:00 – 18:45 Uhr Bauch/Beine/Po	18:00 -18:45 Uhr Step		
19:00 – 19:45 Uhr Zumba	19:00 – 19:45 Uhr Bodyart		19:00 – 19:45 Uhr Pilates		
		19:00 – 19:45 Uhr Pump Basic			

Stand: 18.06.2020