

# WINTERKURSPLAN

Bei erstmaliger Teilnahme vereinbare bitte einen Termin für ein Probetraining. [info@pt-roessner.de](mailto:info@pt-roessner.de), Tel.:089/99937344

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						10.00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>
				17.30 <b>CORE FIT</b> (ab 19.01.18)		
18.45 <b>LES MILLS GRIT</b>	19.00 <b>LES MILLS CXWORX</b>	18.00 <b>PILATES</b> (ab 17.01.18)	18.30 <b>LES MILLS GRIT</b>	18.20 <b>LES MILLS GRIT</b> (ab 19.01.18)		
19.25 <b>LES MILLS CXWORX</b>	19.40 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	19.00 <b>CORE FIT</b> (ab 17.01.18)	19.00 <b>LES MILLS CXWORX</b>			
20.10 Faszienyoga		<b>GESUNDER RÜCKEN</b> 22.11.17-17.01.18	19.40 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>			

Gültig ab 04.12.2017. Gruppentrainings finden ab 3 Personen statt.

Unsere **Präventionskurse** werden von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert. Mindestteilnehmerzahl 4 Personen.