

BALANCE

SUNDAY FITNESS

Sonntags 10:45-11:45 Uhr

Liebe Mitglieder,

wir haben ein neues Kurskonzept für unseren **SUNDAY FITNESS KURS!**

Seit April bieten wir jeden Sonntag neue Fitness-Kurse an, die mit spannenden Inhalten für jeden etwas zu bieten haben.

Wechselnde Trainer sorgen für Euren sportlichen Start in den Sonntag!

Also, wir erwarten Euch!

Euer Balance-Team

Trainer und Kursinhalte September – Dezember 2019

Datum	Tag	Zeit	Kurs	Kurstrainer	
15.09.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Moni	Fit Mix
22.09.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Betime	Zumba
29.09.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Julian	Cardio,Kraft und Spaß
06.10.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Christina	Strong by Zumba
13.10.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Diana	Kettle BELL
20.10.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Moni	Zirkel Training
27.10.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Betime	Zumba
03.11.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Ferien	Entfällt
10.11.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Moni	Urban PILATES
17.11.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Betime	Zumba
24.11.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Diana	Booty Workout
01.12.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Moni	Hiit meets yoga flow
08.12.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Diana	Bootcamp
15.12.2019	So	10:45-11:45	Sunday Fitness	Diana	Cross Functional

