

Fitnessprogramm

| Montag: | Dienstag: | Mittwoch: | Donnerstag: | Freitag: | Samstag: |
|--------------------------------------|--------------------------------------|---|--|--|-------------------------------------|
| 10.00 – 11.00 Uhr *HOOPin | | 9.30 – 10.30 Uhr *Step Mix | 10.00 – 11.00 Uhr Rücken Fit | | 9.30 – 10.30 Uhr *HOOPin |
| 11.00 – 12.00 Uhr Pilates Level I | | 10.30 – 11.30 Uhr Pilates Level II | 11.00 – 12.00 Uhr * Funwalker <i>Einsteiger u. 50 +</i> | | 10.30 – 11.30 Uhr Pilates |
| | | | | 15.00 – 16.00 Uhr (K 9 -12 J.) HIP HOP | 11.30 – 13.00 Uhr *Fitnesscircle |
| | 16.00 – 17.00 Uhr *HOOPin | 16.00 – 17.00 Uhr (K 5-7 J.) Creatives Tanzen | | 16.00 – 17.00 Uhr *Funwalker | |
| 17.00 – 18.00 Uhr *HOOPin | 17.00 – 18.00 Uhr Fit & Fun | 17.00 – 18.00 Uhr Step 4 beginners | 17.00 – 18.00 Uhr Step Mix | 17.00 – 18.00 Uhr *Funwalker | |
| 18.00 – 19.00 Uhr *Funwalker | 18.00 – 19.00 Uhr Rücken Fit | 18.00 – 19.00 Uhr Rücken Fit | 18.00 – 19.00 Uhr Pilates | 18.00 – 19.00 Uhr *HOOPin | |
| 19.00 – 20.00 Uhr Pilates Level I | 19.00 – 20.00 Uhr *HOOPin | 19.00 – 20.15 Uhr **Yoga | 19.00 – 20.00 Uhr bodyART | 19.00 – 20.00 Uhr *bodyART | |
| 20.00 – 21.00 Uhr **Zumba-Fitness | 20.00 – 21.15 Uhr bodyART+Stretch | | | | K = Kinderkurs |

1 Schnupperstunde kostenlos !!

Preisliste

(keine Anmeldegebühr)

Erwachsene

Schüler, Studenten, Paare,
Senioren

Einzelstunde 8,00 EUR

| | | | |
|--------------------------------|-------------------------|-------------------|-------------------|
| Jahresvertrag | monatlich | 39,00 € | 35,00 € |
| Jahresvertrag | jährliche Vorauszahlung | Ersparnis 39,00 € | Ersparnis 35,00 € |
| Halbjahresvertrag | monatlich | 44,00 € | 40,00 € |
| 10-er Karte | für alle 60 Min.-Kurse | 68,00 € | 63,00 € |
| 10-er Karte /Kinder – 16 Jahre | | | 57,00 € |

10er-Karten sind 4 Monate gültig !!

Bei den mit *Sternchen gekennzeichneten Kursen bitten wir um Anmeldung (spät. am Vortag), bei Kursen mit **Sternchen, handelt es sich um „externe“ Kurse, die nicht unter der Verantwortlichkeit von Move & Dance stehen.