

Oster – Ferientraining 2023

Ferientraining Ausweise 8 €/ in Kombi mit dem Unterrichtsvertrag oder 10er Karte

oder Reha Sport mit Unterschrift (45 min)

Einzelstunde (60 min) ohne Vertrag 16€

Rote Kurse sind voll und können nicht mehr spontan besucht werden
In den anderen Kurse sind Spontan Teilnahmen möglich

Dienstag, 4.4.2023

K1	9:30 Uhr WS-Gym / Pilates / Reha	Maike
K2	10.30 Uhr ADF	Maike
K3	11:30 Uhr Yoga - Rücken Spezial	Inna
K6	18:30 Uhr Reha Sport /WS-Gym /Pilates / Rücken	Maike
K7	19:30 Uhr Fitness Workout	Maike
K9	19:30 Uhr Ballett offene Stunde	Alina

Donnerstag, 6.4.2023

K11	10:00 Uhr Reha Sport /WS-Gym /Pilates / Rücken	Maike
K14	19:00 Uhr Yinyoga mit Klangschalen und Kerzenschein	Inna

Dienstag, 11.4.2023

K15	9:30 Uhr WS-Gym / Pilates / Reha	Doris
K16	10.30 Uhr ADF	Doris
K18	18:00 Uhr Ballett offene Stunde	Alina
K19	18:30 Uhr Reha Sport /WS-Gym /Pilates / Rücken	Doris

Donnerstag, 13.4.2023 Doris

K22	10:00 Uhr Reha Sport /WS-Gym /Pilates / Rücken	Doris
K26	17:00 Uhr Reha Sport /WS-Gym /Pilates / Rücken	Doris
K27	18:00Uhr Jazz und Modern offene Klasse	Doris
K28	19:00 Uhr Fitness Workout	Doris
K29	20:00 Uhr Yinyoga mit Klangschalen und Kerzenschein	Inna

Samstag, 15.4.2023

K30	10:00 Uhr Ballett offene Stunde	Alina
K32	11:30 Uhr Akrobatik	Marc