



# SEG Fitness Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		<b>Pilates</b> <b>9.00 - 10.00 Uhr</b> <i>(mit Maria)</i>		
<b>Rücken Fit</b> <b>18.00-19.00 Uhr</b> <i>(mit Laura)</i>	<b>Spinning</b> <b>18.00 -19.00 Uhr</b> <i>( mit Laura)</i>  <i>!Anmeldepflichtig!</i> Bitte in die Liste an der Theke eintragen!	<b>Hot Iron™1</b> <b>18.00-19.00 Uhr</b> (mit Sebastian)  <i>!Anmeldepflichtig!</i> Bitte in die Liste an der Theke eintragen!		<b>Spinning</b> <b>18.00 -19.00 Uhr</b> <i>( mit Christin)</i>
<b>BOP</b> <b>19.30-20.30 Uhr</b> <i>(mit Susanne)</i>	<b>Zumba</b> <b>19.30 - 20.30 Uhr</b> (mit Kathrin)			
			<b>Zumba</b> <b>20.00-21.00 Uhr</b> <i>(mit Jenny)</i>	

SEG Fitnessstudio    Neustr.15 (Eingang Goethestraße)    Tel.: 0 23 32 / 55 74 27    Fax: 0 23 32 / 66 56 99 2

(Stand März 2012)