



Frühjahr / Sommer- Kursplan 2014

Öffnungszeiten:

Mo-Fr.: 9:00-22:00

Sa.: 12:00-20:00

So, FT: 09:00-18:00

KANTO SPORTS

Bei den Thermen 2

72574 Bad Urach

Telefon: 07125 - 94 36 41

Internet: www.albthermen.de

e-mail: info@albthermen.de



🕒	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	🕒	SAMSTAG	SONNTAG
09:30	Fit in den Morgen Antje	Rücken "and more" Claudi	Body Dance Irina	AOK sanfter Rücken ab 13.03.14 Antje	SPINNING Dani	10:00		Fit Mix Sabine 10:00-11:00
10:30	Power Mix Antje	"around" Fitness Claudi	Effective surprise Zirkel	AOK Fit Mix ab 13.03.14 Antje	Bodystyling Dani	11:00		Pilates Matwork Sabine 11:00-12:00
17:30	BBP Dani	Bauch Xtreme	Strong Back Andrea	Nordic Walking 18:00-19:30				
18:00	Aerobic Dani	Aqua Fitness Tanja	ZUMBA Andrea	Aqua Fitness Thorsten	Bauch/Beine/Po 18:00-18:30 Frank			
19:00	SPINNING Miriam	Yoga Antje	SPINNING Sven	PILATES Thorsten	Power Dumbell 18:30 - 19:30 Frank			
20:00	CROSS - Fit PowerWorkout Miriam	Hatha Yoga ab 03.06.14 Antje	freies Effective Zirkel Training	Body Perfekt Irina	SPINNING 19:30 - 20:30 Frank			
21:00							Nordic Walking ab 10.04.2014	
	Kinderbetreuung: Mo. Mi. Fr. : 09:00 - 12:00 Uhr An Feiertagen finden keine Kurse / Kinderbetreuung statt! Kurse finden ab 3 Teilnehmern statt!							
								<i>Bitte beachten Sie die Aushänge der Infotafel !</i>