

# Kurse im Frauensportstudio

*Pour la femme*

<b>Kurs</b>	<b>Zeit</b>
<b>Bauch, Beine, Po (BBP)</b>	Mittwoch 17.00 – 17.55 Uhr Donnerstag 18.00 – 19.00 Uhr
<b>Bauch pur</b>	Freitag 14.30 – 15.00 Uhr
<b>BauchStep</b>	Montag 20.00 -20.55 Uhr Dienstag 18.25 – 19.25 Uhr
<b>Body Workout</b>	Dienstag 19.30 – 20.30 Uhr
<b>Dance Flair</b>	Dienstag 17.15 – 18.15 Uhr
<b>Fit &amp; aktiv mit BBP</b>	Montag 9.30 – 10.30 Uhr Freitag 10.00 – 11.00 Uhr
<b>Pilates</b>	Montag 19.00 – 19.55 Uhr
<b>Rücken-fit mit orientalischem Tanz</b>	Mittwoch 19.15 – 20.15 Uhr
<b>Stepp Aerobic</b>	Freitag 15.15 – 16.15 Uhr
<b>Wirbelsäulen- Ausgleichsgymnastik</b> Freie Schulter, freier Kopf	Mittwoch 18.05 – 19.05Uhr
<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Aktiver Rücken	Montag 17.00 – 17.55 Uhr Mittwoch 9.30 – 10.30 Uhr
<b>XCO Hantel Workout</b>	Montag 18.00 – 18.55 Uhr Mittwoch 16.00- 16.55 Uhr Donnerstag 19.30 – 20.30 Uhr
<b>Kindersport</b>	Montag 15.30- 16.20 Uhr