

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00-10:00Uhr	Soft-Gymnastik ♥ (49+) (9:00 – 9:45Uhr)	Yoga ♥ (9:00 – 10:00Uhr)			Soft-Gymnastik ♥ (49+) (9:00 – 9:45Uhr)	Faszientraining ♥♥ (9:30 – 10:30Uhr)	
10:00-11:00Uhr						Ernährungstipps (11:00 – 12:00Uhr)	
11:00-12:00Uhr							
12:00-13:00Uhr							
16:30-17:00Uhr	Kinder Aktiv ♥♥ (16:30 – 17:30Uhr)		Kinder Kick Fit ♥♥ (16:30 – 17:30Uhr)		Kinder Aktiv ♥♥ (16:00 – 17:00Uhr)		
17:00-18:00Uhr		Wirbelsäulengymn. ♥♥ (17:30 – 18:30Uhr)		Wirbelsäulengymn. ♥♥ (17:00 – 18:00Uhr)			
18:00-19:00Uhr			Power Workout ♥♥♥♥ (18:00 – 19:00Uhr)	Bauch-Beine-Po ♥♥♥♥ (18:00 – 19:00Uhr)	Power-Workout ♥♥♥♥ (18:00 – 19:00Uhr)		
19:00-20:00Uhr	Extrem-Workout ♥♥♥♥ (19:00 – 20:00Uhr)	Kick-Fit ♥♥♥♥ (19:00 – 20:00Uhr)			Stretch-Pur ♥ (19:15 – 20:00Uhr)		
20:00-21:00Uhr			Qi Gong ♥ (20:15 – 21:15Uhr)	Yoga ♥ (20:00 – 21:00Uhr)			

 = Kursraum frei

Akintoba Erinle
Memminger Str. 12
89287 Bellenberg

Festnetz: 07306 / 95 47 047
Telefax: 07306 / 95 49 056
Mobil: 0174 – 8190989

a.erinle@shakeitoff.de

<http://www.facebook.com/fitness.shakeitoff>



ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag bis Freitag

8:00 – 13:00 Uhr
und

Samstag

16:00 – 21:00 Uhr

Sonntag

9:00 – 14:00 Uhr

12:00 – 16:00 Uhr

An Feiertagen geschlossen!

