

# Öffnungszeiten + Kursprogramm Himmelfahrt / Pfingsten 2017



## Himmelfahrt, 25. Mai 2017

**Sportzentrum** 09.30 - 21.00 Uhr

**Studio** 10.00 - 16.00 Uhr

**Kurse** 09.30 - 10.25 Uhr **Bauch Beine Po** Tina  
10.30 - 11.25 Uhr **Rückenfitness** Tina  
11.30 - 12.55 Uhr **Vinyasa Yoga "Gruß an die Sonne"** Monica

## Pfingstsonntag, 04. Juni 2017

**Sportzentrum** 09.30 - 20.30 Uhr

**Studio** 10.00 - 16.00 Uhr

**Kurse** 10.00 - 10.55 Uhr **Functional Training Outdoor** Rulfo (bei Regen Indoor)  
11.00 - 11.55 Uhr **Mobilisation & Dehnung** Rulfo

## Pfingstmontag, 05. Juni 2017

**Sportzentrum** 09.30 - 20.30 Uhr

**Studio** 10.00 - 16.00 Uhr

**Kurse** 10.00 - 11.30 Uhr **Walking** Thomas (bei Regen Rückenfit & Stretching)  
11.00 - 12.00 Uhr **Cycling** Jeannette