

Fitness in Kursform

	Kursbezeichnung	Kosten Mitglieder	Kosten Nichtmitglieder	Info/Anmeldung
1	Zumba	15 €	40 €	Geschäftsstelle
2	Strong	35 €	60 €	Geschäftsstelle
3	Faszientraining	35 €	60 €	Geschäftsstelle
4	Spinning	35 €	60 €	Geschäftsstelle
5	M.A.X.	15 €	35 €	Geschäftsstelle
6	Pilates	35 €	60 €	Geschäftsstelle
7	Beckenbodengymnastik	35 €	60 €	Geschäftsstelle
8	Gerätezirkel	35 €	60 €	Geschäftsstelle
9	Aroha	35 €	60 €	Geschäftsstelle
10	Tai Chi	35 €	60 €	Geschäftsstelle
11	Sturzprävention	35 €	60 €	Geschäftsstelle
12	AOK gesund essen nach Feierabend	120 €	120 €	Geschäftsstelle
13	AOK aktiv abnehmen	120 €	120 €	Geschäftsstelle
14	Aqua Fitness (45min)	40 €	70 €	Geschäftsstelle
15	Aqua Fitness (35min)	30 €	55 €	Geschäftsstelle
16	Bewegen statt schonen	35 €	60 €	Geschäftsstelle
17	KDDR	35 €	60 €	Geschäftsstelle
18	Cardio Fit	35 €	60 €	Geschäftsstelle
19	Nordic Fit	35 €	60 €	Geschäftsstelle
20	Yoga	35 €	60 €	Geschäftsstelle
21	Vinyasa Yoga	35 €	60 €	Geschäftsstelle
22	Progressive Muskelentspannung	35 €	60 €	Geschäftsstelle
23	Tanzkreis	35 €	60 €	Geschäftsstelle
24	Aqua Tabata	40 €	70 €	Geschäftsstelle
25	Babytime	35 €	60 €	Geschäftsstelle

