

**Kursplan Sonntags Oktober bis Dezember 2022****Oktober**

<b>Tag</b>	<b>Zeit</b>	<b>Kurs</b>	<b>Trainer</b>
02.10.2022	11 .00 - 12.30	Step	Vivien
09.10.2022	11 .00 - 12.30	Rücken Fit	Sabine
16.10.2022	11 .00 - 12.30	Cross Style	Kai
23.10.2022	11 .00 - 12.30	MilitaryFit / Tabata	Carsten
30.10.2022	11 .00 - 12.30	Pilates	Vivien
<b>November</b>			
06.11.2022	11 .00 - 12.30	Rücken Fit	Sabine
13.11.2022	11 .00 - 12.30	Cross Style	Kai
20.11.2022	11 .00 - 12.30	Hot Iron	Thurid
27.11.2022	11 .00 - 12.30	funktionales Training	Johanna
<b>Dezember</b>			
04.12.2022	11 .00 - 12.30	MilitaryFit / Tabata	Carsten
11.12.2022	11 .00 - 12.30	Cross Style	Kai
18.12.2022	11 .00 - 12.30	Step	Vivien
25.12.2022		kein Kurs	

Stand: 20.09.2022