

# Kursplan

kleiner Turnraum  
KG

großer Turnraum  
1.OG

10:30 – 11:30 Uhr

LANGHANTEL  WORKOUT  
mit Susi



YOGA vs. Pilates



15:15 – 16:15 Uhr

**HOT IRON®**  
mit André W.

Body Fit 9:00 – 10:00 Uhr



10:30 – 11:30 Uhr



Tanzen für 7 – 9-jährige  
mit Marielena & Co.

Flexi Fit 13:00 – 13:30 Uhr



14:00 – 15:00 Uhr

*Indian Balance mit Maggy  
„den Körper bewegen, während die  
Seele ausruht“*

15:15 – 16:15 Uhr

Taekwondo mit Jan



태  
권  
도  
Tae  
Kwon  
Do

Schnupper- /  
Anfängerstunde  
für 10 – 18-  
jährige