

Kursprogramm



NEW FITNESS WORLD
PENZBERG
Trainieren bei Freunden!

Tag	Uhrzeit	Training	Information
Montag	18:15 – 19:15 Uhr	PowerPilates	
Montag	20:00 – 21:00 Uhr	Step & Workout	
Dienstag	09:30 – 10:30 Uhr	Bauch, Beine, Po	Anmeldung über Vhs Penzberg Kursstart 28.02.12
Dienstag	17:30 – 18:30 Uhr	OsteoFit	In Planung
Dienstag	18:30 – 19:30 Uhr	Bauch, Beine, Po	
Dienstag	19:30 – 20:30 Uhr	Bauch, Beine, Po	
Mittwoch	09:00 – 10:00 Uhr	Pilates	In Planung
Mittwoch	19:30 – 20:30 Uhr	Dance & Aerobic	
Mittwoch	19:30 – 20:30 Uhr	Dance & Aerobic	Anmeldung über Vhs Penzberg Kursstart 29.02.12
Donnerstag	17:00 – 18:00 Uhr	Fit in Form nur für Frauen	Anmeldung über Vhs Penzberg Kursstart 01.03.12
Donnerstag	18:00 – 19:00 Uhr	Pilates	
Donnerstag	18:00 – 19:00 Uhr	Pilates nur für Frauen	Anmeldung über Vhs Penzberg Kursstart 01.03.12
Donnerstag	19:00 – 20:00 Uhr	FatBurner	
Freitag	09:30 – 10:30 Uhr	AktiFit	In Planung
Freitag	16:30 – 17:30 Uhr	RückenFit	In Planung

Mindestteilnehmerzahl bei den Kursen sind vier Personen!

Bei externen Kursen sind entsprechend Anmeldung, Preis und Teilnehmerzahl zu berücksichtigen.

Das Kursprogramm bleibt Änderungen vorbehalten.

Stand: Dez. 2011