

# KURSPLAN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
10:00		Bauch- und Rückenworkout	Gerätetraining Reha-VIP 10:00 – 16:00	Fit-Mix		
11:00				Kindersport 15:30 – 16:30		
12:00						
13:00						
14:00		Rehasport (45 min)		Gerätetraining Reha-VIP 14:00 – 18:00		
15:00						
16:00		Dance-Teens 15:45 – 16:45				
17:00	Rehasport (45 min)	Rehasport (45 min)	Inline Skating	Laufkurs	Rehasport (45 min)	
18:00						
19:00	Piloxing	Fit-Mix	Schlingentraining	Body-Styling	PowerRobic	

Bitte tragt euch in die Liste am Tresen ein!

# KURSPLAN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
10:00		Bauch- und Rückenworkout	Gerätetraining Reha-VIP 10:00 – 16:00	Fit-Mix		
11:00				Kindersport 15:30 – 16:30		
12:00						
13:00						
14:00		Rehasport (45 min)		Gerätetraining Reha-VIP 14:00 – 18:00		
15:00						
16:00		Dance-Teens 15:45 – 16:45				
17:00		Rehasport (45 min)	Rehasport (45 min)	Inline Skating	Laufkurs	Rehasport (45 min)
18:00						
19:00	Piloxing	Fit-Mix	Schlingentraining	Body-Styling	PowerRobic	

Gern nehmen wir eure Anmeldungen entgegen unter:

SoliVital Sport- und Freizeitzentrum · Schandauer Straße · 100 01855 Sebnitz · Tel: 035971.808482  
E-Mail: [fitness@solivital.de](mailto:fitness@solivital.de) · [www.solivital.de](http://www.solivital.de)