



SURPRISE

November / Dezember 2018

Die Kurse finden um 16 und 17 Uhr im Tanzsaal statt.

In den Ferien findet das Surprise-Angebot nicht statt.

November

- 02.11. Kein Surprise – Brückentag
- 09.11. Step meets Tabata mit Sünke
Hot Iron mit Carsten
- 16.11. Deep Work mit Antje
Vinyasa Power Yoga mit Antje
- 23.11. Step`n Tone mit Feli
Crosstraining mit Feli
- 30.11. Faszienyoga mit Antje
Vinyasa Power Yoga mit Antje

Dezember

- 07.12. Workout mit der Langhantel mit Antje
Vinyasa Power Yoga mit Antje
- 14.12. Body Weight Challenge mit Sabrina
Booty Camp mit Sabrina
- 21.12. Kein Surprise

Daxiao Productions/fotolia.com

