



Kursplan FIT-COCKTAIL

Juli – September 2025

Donnerstags 20-21 Uhr



	Juli		August		September
03.	5000 Schritte Carina Findet bei gutem Wetter draußen statt!	07.	Dance Teti	04.	Balance Carina
10.	Sommertücher Elvi	14.	Slowwalk zur Lokomotive Ruzena Treffen: 19 Uhr / Infos folgen	11.	Pezziball Elvi
17.	Slow-Jogging Michael Findet draußen statt	21.	Yoga trifft Qigong Claudia	18.	Kraftzirkel Michael
24.	Brasils Carina	28.	Outdoor-Intervall Michael Findet draußen statt	25.	Fußgymnastik Sylvia
31.	Mobility Sylvia				