



**Fit-Cocktail**

# Kursplan FIT-COCKTAIL

Januar – März 2026      Donnerstags 20-21 Uhr



	Januar	Februar	März
01.	<b>Weihnachtsferien</b> bis 11.01.2026	05. <b>Handtuch-Workout</b> Bitte ein mittelgroßes Handtuch mitbringen! Carina	05. <b>Krafttraining</b> Sylvia
08.	<b>Weihnachtsferien</b> bis 11.01.2026	12.  <b>Faschings-Workout</b> Elvi & Sylvia	12. <b>Yoga Element „Wasser“</b> Claudia
15.	<b>Brasils</b> Carina	19. <b>Linedance</b> Teti	19. <b>Linedance</b> Teti
22.	<b>Yoga Element „Erde“</b> Claudia	26. <b>Flexibar</b> Carina	26. <b>Frühlings-Outdoor</b> Findet draußen statt Michael
29.	<b>Tabata</b> Sylvia		