



Kursplan FIT-COCKTAIL



Juli – September 2026 Donnerstags 20-21 Uhr

	Juli		August		September
02.	Sommer-Walk Findet draußen statt Ruzena	06.	Handtuch-Workout Bitte ein mittelgroßes Handtuch mitbringen! Carina	03.	Mobi&Stretch Sylvia
09.	Linedance Teti	13.	Slowwalk zur Lokomotive Infos folgen! Ruzena	10.	Zirkeltraining Carina
16.	Outdoor&Workout Findet draußen statt Gabi	20.	Gelenk-Relax Claudia	17.	Yoga Claudia
23.	Brasils Carina	27.	Balance Carina	24.	Aerobic Circle Sylvia
30.	Fußgymnastik Sylvia				