

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
		10:00 – 11:00 Funktionales Training Elke			
		16:30 – 17:30 Pilates / Faszien Silvia	16:00 – 17:00 deepWORK Sonja		16:00 – 17:00 Thaiboxen <b>Einsteiger</b> Daniel
	17:00 – 18:00 Core - Workout Aneta			16:15 – 17:15 Workout für Einsteiger Aneta	17:00 – 18:00 Thaiboxen <b>Einsteiger</b> Daniel
18:00 – 19:00 TRX - Workout <b>Fortgeschrittene</b> Sandra	18:15 – 19:30 Yoga Vinyasa Flow Aneta	18:30 – 19:30 TRX Training Silvia	18:45 – 20:00 bodyART Sonja	17:20 – 18:20 Workout für Einsteiger Aneta	18:00 – 19:00 Thaiboxen <b>Fortgeschrittene</b> Daniel
19:10 – 20:10 TRX Workout <b>Einsteiger</b> Sandra	19:45 – 20:45 Zumba Pasquale	19:30 – 20:30 Funktionales Training Silvia			

10er Karte 120 €; Alle Kurse sind auch für Übergewichtige geeignet.;

Die 10er Karte sowie Infos gibt es im ZEP unter 089 1797-2029

Kurse von ZEP Sport, finden im Untergeschoss der Notburgastr.14 statt

Teamleitung: Elke: 0163-7828338