

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	08:00 Uhr Yoga (Fortgeschrittene) Julia		08:30 Uhr Body+Soul Kerstin			
09:30 Uhr Sturzprophylaxe Steffen	09:30 Uhr NEU Yoga (Einsteiger) Julia	09:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl Kirsten		09:00 Uhr Bauch Beine Po Jacqui		
10:30 Uhr Faszienfitness Vanessa			10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl Kirsten	10:30 Uhr Funkt. Wirbelsäulengym. Vanessa		
16:20Uhr (geschl. Kurs) Pilates (Mittelstufe) Karin		17:00 Uhr Yoga Julia	16:45 Uhr (geschl. Kurs) Pilates (Fortgeschrittene) Karin		Div. Uhrzeit Specials siehe Aushang !	
17:40 Uhr Indoor Cycling Jacqui	17:30 Uhr Fitness-Mix Markus	18:15 Uhr Funkt. Wirbelsäulengym. Vanessa /Kirsten	18:00 Uhr Indoor Cycling Jacqui	17:30 Uhr HOT IRON® System Kirsten		
18.30Uhr (Outdoor) Crosstraining Sven / Tina				18.45Uhr Specials siehe Aushang !		
18:50 Uhr HOT IRON® System Kirsten	18:50 Uhr Bauch Beine Po Jacqui	19:25 Uhr Faszienfitness+Stretching Kirsten /Vanessa	19:15Uhr deepWORK® (reloaded) Kirsten			
20.00 Uhr (geschl.Kurs) Pilates (Fortgeschrittene) Karin						

- Gebührenpflichtig mit Kurskarte- von der Krankenkasse bezuschusst-mit Voranmeldung
 - Yoga - Körper und Seele
 - Kraft - Muskelaufbau
 - Ausdauer und Kondition
 - Kraft und Ausdauer
 - sanftes Training
 - externer Kurs
- Kurse finden ab 5 TN statt.**

Bitte tragen Sie sich bei allen Indoor Kursen in unsere Listen ein, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

PAVILLON HOTLINE : 07907-2965 info@pavillon-vellberg.de

**Wir bieten außerdem das zertifizierte MAMA Workout nach Schwangerschaft und Geburt an.
Bitte erkundigen Sie sich an der Rezeption oder per Telefon, wann neue Kurse starten.**