

Sommerprogramm 2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
1. Ferienwoche vom 17.07.- 21.07.2017	09.00-10.00 Uhr Faszientraining Gundi (Union) 18.00-19.00 Uhr Latin Dance Steffi (Union)	18.30-19.30 Uhr Latin Dance Lydia (Union)	08.15-09.00 Uhr Sanftes Faszientraining Gundi (Union)	18.00-19.00 Uhr Faszienfitness Ulla (Union) 19.00-20.00 Uhr Spinning Ulla (Union)
2. Ferienwoche vom 24.07.- 28.07.2017	18.00-19.00 Uhr Latin Dance Steffi (Union)	18.30-19.30 Uhr Latin Dance Lydia (Union)	10.00-11.00 Uhr Faszienfitness Gundi (Union) 18.00-18.45 Aquafit Gundi BWB	08.15- 09.00 Uhr Sanftes Faszientraining Gundi (Union) 18.00-19.00 Uhr Spinning Ulla (Union)
3. Ferienwoche vom 31.07.- 03.08.2017	09.00-10.00 Uhr Faszientraining Gundi (Union)	18.30-19.30 Uhr Latin Dance Lydia (Union)	18.00-18.45 Aquafit Gundi BWB	08.15-09.00 Uhr Sanftes Faszientraining Gundi (Union) 18.00-19.00 Uhr Faszienfitness Ulla (Union) 19.00-20.00 Uhr Spinning Ulla (Union)
4. Ferienwoche vom 07.08.- 10.08.2017	18.30-19.30 Uhr Faszienfitness Gundi (Union)	18.30-19.45 Uhr walken und Ganzkörpermobilisation Gundi (Unnion)	18.00-18.45 Aquafit Gundi BWB	08.15-09.00 Uhr Sanftes Faszientraining Gundi (Union) 18.00-19.00 Uhr Strandfit Ilka (Union) 19.00-20.00 Uhr Spinning Ilka (Union)
5. Ferienwoche vom 14.08.- 17.08.2017	18.30-19.30 Uhr Faszienfitness Gundi (Union)	18.30-19.45 Uhr walken und Ganzkörpermobilisation Gundi (Union)	18.30-19.30 Uhr Latin Dance Nora (Union)	08.15-09.00 Uhr Sanftes Faszientraining Gundi (Union) 18.00-19.00 Uhr Strandfit Ilka (Union) 19.00-20.00 Uhr Spinning Ilka (Union)
6. Ferienwoche vom 21.08.- 24.08.2017	09.00-10.00 Uhr Faszientraining Gundi (Union)	18.30-19.30 Uhr Faszienfitness Ulla (Union)	08.15-09.00 Uhr Sanftes Faszientraining Gundi (Union) 18.30-19.30 Uhr Step,Bob and More Ulla (Union)	18.00-19.00 Uhr Strandfit Ilka (Union) 19.00-20.00 Uhr Spinning Ilka (Union)

Union= Gymnastikraum Union Südstraße 2 BWB=Bewegungsbad Egbert Ahaus, Fuistingstraße 37

Das Sommerprogramm kann man mit einer 6-er Karte bei frei wählbaren Kursen nutzen und wird auch für Nichtmitglieder angeboten. Auch schön, um verschiedene Kursangebote kennenzulernen. Mitglieder 24 Euro und Nichtmitglieder 30 Euro.

