

KURSPLAN aktuell



Ansbacher Straße 127 Mo/Mi/Fr 8-21 Uhr
90449 Nürnberg Di/Do 8-22 Uhr
Tel. 0911-42 20 43 Sa/So/Feiertag 10 -15 Uhr

by **JULIANA STERNEMANN**
Diplom-Sport- und Fitnesstrainerin

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
17.00-18.00 Wirbelsäule	9.30-10.30 Muscle Power 18.30-19.30 Pilates 19.30-20.30 Wirbelsäule	18.00-19.00 Pilates 19.00-20.00 Zumba	11.00-12.00 Osteoporose- und Arthrose- prophylaxe 18.30-19.30 Wirbelsäule	18.30-19.30 Bodystyle