



100%
des Beitrags
können Sie steuerlich
absetzen!

Gesundheits-Studio
sports & friends

Testen Sie
uns jetzt!

WO SIE FREUNDE TREFFEN

2 x 60 min. = FIT
mach mit!

Einladung zu 2 Gratis Personal-Trainer-Stunden

Kurse	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
ab 9.15 Uhr		9.15 - 10.45 Uhr	9.00 - 10.00 Uhr	9.15 - 10.45 Uhr	
		Bauch-Beine-Po (Renata)	Nordic Walking (Renata)	Figurforming (Renata)	
ab 15.00 Uhr			15.00 - 16.00 Uhr		
			Kickboxen for kids (Garri)		
ab 16.00 Uhr			16.00 - 16.45 Uhr		
			Fitness-Dance for kids Fortge. (Anastasija)		
ab 17.00 Uhr		17.40 - 17.55 Uhr	16.45 - 17.30 Uhr		17.30 - 18.30 Uhr
		Bauch-Pur (Garri)	Fitness - Dance for kids Einst. (Anastasija)		Cardio Fitness (Renata)
ab 18.00 Uhr	18.00 - 19.30 Uhr	18.00 - 19.00 Uhr	18.00 - 19.30 Uhr	18.00 - 19.00 Uhr	18.30 - 19.30 Uhr
	Body & Mind (Renata)	Bodystyling (Garri)	Figurforming (Renata)	Pure Pilates (Renata)	Bodystyling (Garri)
ab 19.00 Uhr	19.30 - 20.30 Uhr	19.00 - 20.30 Uhr	19.30 - 20.30 Uhr	19.00 - 20.30 Uhr	
	Step-Aerobic (Lydia)	Spinning (Lutz)	Rücken Spezial (Renata)	Spinning (Lutz)	

- Öffnungszeiten -

Mo.- Fr.	8.30 - 12.00 Uhr
Mo.- Fr.	15.00 - 21.30 Uhr
Sa.	13.00 - 17.00 Uhr

www.sportsandfriends.com

Nur wer mehr Kalorien verbrennt als er aufnimmt, verliert mehr Gewicht!

Am Fürstenwall 4
21368 Dahlenburg

Gesundheits-Studio
sports & friends

Info-Telefon:
05851/979768

WO SIE FREUNDE TREFFEN