

# Sommer-Kursplan ab dem 20.05.2019



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1	7:00-08:30....Gabi <b>Faszien-Yoga</b>	9:30-11:00....Gabi <b>Fazien-Yoga</b>	9:00-10:00.Treff <b>Walking</b>	8:30-9:15....Gabi <b>PME</b>	9:30-10:30....Gabi <b>Pilates</b>	11:15-12:15.....Anke <b>Zumba **</b>	11:00-12:00..Fred <b>Bodystyling</b>
1	09:30-10:25...Gabi <b>Zumba</b>	11:15-11:45...Gabi <b>Ballance</b>	10:00-11:00...Gabi <b>WSG</b>	9:30-10:15....Gabi <b>AT</b>			12:00-13:00...Anke <b>Zumba-Step *</b>
1	18:00-18:55...Evi <b>WSG **</b>						
C	18:00-19:00...Tobi <b>Indoor-Cycling</b>		1	18:00-18:55...Anke <b>Zumba **</b>	C	18:00-19:00...Astrid <b>Indoor-Cycling</b>	
2	18:15-19:30.....Gabi <b>Faszien-Yoga</b>	1	19:00-19:55...Lukas <b>Functional-Power</b>	C	18:00-19:00...Markus <b>Indoor-Cycling</b>	1	18:00-19:00. Larissa <b>Cardio Fight</b>
1	19:00-19:55...Anke <b>Push &amp; Pull</b>	1	20:00-20:55..Anke <b>Zumba **</b>	1	19:00-20:00..Heike <b>WSG</b>	1	19:00-20:15.....Evi <b>Power Core</b>
C	19:05-20:05....Tobi <b>Indoor-Cycling</b>				2	19:00-20:00..Detlef <b>Qigong</b>	

SEEYOU Sportpark Toeppersee

Lohfelder Weg 99  
47239 Duisburg  
Tel: 02151 / 40 90 06  
info@seeyousportpark.de  
www.seeyousportpark.de

1	Kursraum	* = findet nur am 1. und 3. Sonntag im Monat statt
2	Bungalow	** = Grundkenntnisse sollten vorhanden sein.
C	Cycling Raum	Kurse finden ab 4. Teilnehmern statt. An Feiertagen finden keine Kurse statt

**Sanitätshaus  
Ermers GmbH**  
Seit über  
55 Jahren



**VIActiv**  
Krankenkasse