

WEIHNACHTS FERIENPROGRAMM 2017

Das Bistro pausiert in der Zeit vom 23.12. – 07.01.2018

1. WOCHE



Montag 25. Dezember	Dienstag 26. Dezember	Mittwoch 27. Dezember	Donnerstag 28. Dezember	Freitag 29. Dezember	Samstag 30. Dezember
Studio geschlossen	Studio geschlossen	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 14.00
1. WEIHNACHTSTAG	2. WEIHNACHTSTAG		MFR 9.00h Zumba	MFR 9.00h Zumba	B 8.30h Kundalini Yoga
				Öffnungszeiten Studio 23.12. & 30.12. 9.00-14.00h	
		Studio 15.00 - 21.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 – 20.00	Sonntag 31. Dezember
				MFR 15.45h Zumba	Studio geschlossen
		B 17.30h Yoga Flow	G 17.00h Yoga für Jeder-Mensch		SILVESTER
		MFR 18.30h Yoga Flow Fortgeschrittene	MFR 17.00h Hatha Yoga		
MFR 19.30h Fitnessgymnastik	MFR 19.00h Bodyforming				

WEIHNACHTS FERIENPROGRAMM 2017

Das Bistro pausiert in der Zeit vom 23.12. – 07.01.2018

2. WOCHE



Montag 1. Januar '18	Dienstag 2. Januar '18	Mittwoch 3. Januar '18	Donnerstag 4. Januar '18	Freitag 5. Januar '18	Samstag 6. Januar '18
Studio geschlossen	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 11.00 – 16.00
NEUJAHR	MFR 8.15h Taijiquan			B 8.30h Pilates	B 8.30h Kundalini Yoga
		MFR 9.30h Fit ab 60		B 9.30h Pilates	B 10.15h Pilates
		MFR 10.30h Fit ab 60			
	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 – 21.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 – 20.00	Sonntag 7. Januar '18
	MFR 16.00h Zumba			MFR 15.45h Zumba	Studio 9.00 – 14.00
	MFR 17.00h Rückenfitness		MFR 17.00h Hatha Yoga	MFR 16.45h Thai Bo & Core	kostenpflichtiger Workshop* 12.00 – 16.00h Kundalini Yoga:
	MFR 19.00h Step Aerobic	MFR 18.30h Bodyforming	MFR 18.00h Rückenfitness	MFR 17.45h Full Body Workout	Die Gabe, Frau zu sein Nur mit Voranmeldung
		MFR 19.30h Pilates	MFR 19.00h Bodyforming		
		MFR 20.30h Zumba			

FROHE WEIHNACHTEN & EINEN GUTEN START INS NEUE JAHR

G – Gruppenraum MFR – Multifunktionsraum B – Bewegungsraum
GvC – Gottfried-von-Cappenberg-Schule – Walking – Treffpunkt vor dem Haus

**SV BLAUWEISS
AASEE**

* Die Gabe, Frau zu sein - Kundalini Yoga Workshop für Frauen

Du bist eine Frau - kreativ, heilig und unbesiegbar.

Begib dich mit mir auf eine yogische Reise und erfahre, welch unendliche Kraft in dir schlummert. Lerne Yoga Techniken kennen, die dein Schöpfungspotenzial entschlüsseln und dir helfen, dein Leben voll und ganz selbst aufzubauen. Es ist alles da und es fängt mit dir an.

Kursleitung: Vili Bayreva
Ort: Multifunktionsraum
Termin: Sonntag, 7. Januar 2018
12.00 – 16.00h
Beitrag: Mitglieder: 30,- €/ Nichtmitglieder: 36,- €
Anmeldung: gesundheitssport@blau-weiss-aasee.de

G – Gruppenraum MFR – Multifunktionsraum B – Bewegungsraum
GvC – Gottfried-von-Cappenberg-Schule – Walking – Treffpunkt vor dem Haus

**SV BLAUWEISS
AASEE**