

gültig ab Januar 2023

Werler Turnverein von 1894 e.V.

FITNESS/KURSANGEBOTE

(Petrischule Turnhalle, Langenwiedenweg 18, 59457 Werl)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
18.00 – 19.00 Uhr Rücken Fit Susi / Christel	18.30 – 19.30 Uhr Fitness 55 + Christel	17.45 – 18.45 Uhr Alles in Balance Christel		17.30 – 18.30 Uhr Zumba Fitness Genevieve	
19.00 – 20.00 Uhr Fitness-Mix-Workout Genevieve	19.30 – 20.30 Uhr Zumba Fitness Genevieve	18.45 – 19.45 Uhr Pilates Sabine	18.30 – 20.00 Uhr Tai-Chi Chuan KURS Genevieve	18.45 – 20.00 Uhr Yoga Chi Flow KURS Genevieve	11.00 – 12.30 Uhr Fitness-Zirkel Trainer Werler TV
20.00 – 21.00 Uhr Pilates Genevieve			20.00 – 21.00 Uhr BOP Alex	 WERLER TV Weitere Infos bei Sabine van Noort (Tel.:02922 – 862272)	