

Physiogohlis Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		9:00-9:45 Zirkeltraining		
	18:30-19:30 Nordic Walking			
			19:00-20:30 Yoga	

Detailübersicht der angebotenen Kurse

Yoga

mit Sara, Yogalehrerin:

Donnerstag: 19:00-20:30 Uhr

Kurskosten: 96 € pro Person

max. 8 Personen

Frauen u. Männer /

Dauer: 8 Wochen /

Angebot: Probestunde (12 €) /

Planung: ab Oktober zusätzlich

Mittwoch Abends Yoga /

Interessenten Bitte melden

Zirkeltraining

mit Markus/Frederic

Kurs I: 9.00-9.45 Uhr

Kurs II: 12.30-13.10 Uhr

Kurskosten: 45 € pro Person

max. 6 Personen / Mittwoch /

40 Minuten / 6 Wochen /

Frauen u. Männer /

Nordicwalking

mit Dirk, Nordic Walking Instructor

Dienstag 18.30-19.30

im Arthur-Bretschneider-Park Gohlis

Kurskosten: 110 € pro Person

KK-gefördert

Fitness

mit Dirk, ab September 2017

Dienstag 18.30-19.30

s