

Kurse, Seminare, Veranstaltungen

**Herbst**

**2018**



AktivioSport

Premium Gesundheitstraining

## **Präventives Rücken- und Gelenktraining,**

**§20 SGB V zertifiziert** Coretraining mit five-Geräten.

Ab Mo, 10.09. 11-12 Uhr und Di, 11.09. 18-19 Uhr, 8 Einheiten,  
99€

## **Laufkurs für Fortgeschrittene** mit Hannes Ibach

montags 18:00 Uhr

## **AktivioRückenPower** Funktionelles Rückentraining mit Karin

Raab, immer montags 9:30 Uhr und donnerstags

18:30 Uhr, 10er-Karte 80€ (Mitglieder frei)

## **BoxFIT** Fitnessboxen mit Kosta Sariyannis.

Immer mittwochs um 18:00 Uhr.

## **Cantienica** Methode für Körperform & Haltung

mit Agnetha Karcher.

10 Einheiten, 160€/p.P.

Immer donnerstags um 18:30 Uhr

## **Funktionelles Yoga** Yogakurs mit Sasa Krauter,

mittwochs 18:30 Uhr und donnerstags 08:45 Uhr, 10 Einheiten,

110€/p.P.

## **AktivioYOGA** mit Gerlinde Weber, montags 18:00 Uhr,

10 Einheiten, 110 €/p.P.

## **AktivioMitgliederFest**

Samstag, 29.09. ab 15 Uhr

Anmeldung unter 0721 609 53 899

[www.aktiviosport.de](http://www.aktiviosport.de)