

September - Dezember 2019

| Montag 23.09-09.12.2019 | Dienstag 24.09-10.12.2019 | Mittwoch 25.09-11.12.2019 | Donnerstag 26.09-19.12.2019 |
|--|---|--|--|
| | *Pilates 09.00 - 10.00 Uhr | *Gesunder Rücken 09.00 - 10.00 Uhr | *Gesunder Rücken 09.00 - 10.00 Uhr |
| | *Gesunder Rücken 10.00 - 11.00 Uhr | *Pilates 10.00 - 11.00 Uhr | *Gesunder Rücken 10.00 - 11.00 Uhr |
| | *Gesunder Rücken 11.00 - 12.00 Uhr | *Fitness 11.00 - 12.00 Uhr | *Gesunder Rücken 11.00 - 12.00 Uhr |
| *Fitness Plus 16.30 - 18.00 Uhr | *GFitness 16.00 - 17.00 Uhr | *Fitness 16.00 - 17.00 Uhr | *Pilates 16.00 - 17.00 Uhr |
| *Gesunder Rücken 18.00 - 19.00 Uhr | *Gesunder Rücken 17.00 - 18.00 Uhr | Pilates 17.00 - 18.00 Uhr | *Gesunder Rücken 17.00 - 18.00 Uhr |
| * Pilates 19.00 - 20.00 Uhr | *Pilates 18.00 - 19.00 Uhr | *Gesunder Rücken 18.00 - 19.00 Uhr | *Pilates 18.00 - 19.00 Uhr |
| *Gesunder Rücken 20.00 - 21.00 Uhr oder | *Gesunder Rücken Plus 19.00 - 20.30 Uhr | *Fitness Plus 19.00 - 20.30 Uhr | *Gesunder Rücken 19.00 - 20.00 Uhr |
| *Progressive Muskelentspannung 20.00 - 21.00 Uhr 23.09-25.11.2019 10x | | | |

Januar - April 2019

| Montag 14.01-08.04.2019 | Dienstag 15.01-02.04.2019 | Mittwoch 16.01-03.04.2019 | Donnerstag 17.01-04.04.2019 | Freitag 18.01-08.03. |
|--|--|---------------------------------------|---------------------------------------|---|
| | *Pilates 09.00 – 10.00 Uhr | *Gesunder Rücken 09.00 – 10.00 Uhr | *Gesunder Rücken 09.00 – 10.00 Uhr | |
| | *Gesunder Rücken 10.00 - 11.00 Uhr | *Pilates 10.00 – 11.00 Uhr | *Gesunder Rücken 10.00 - 11.00 Uhr | |
| | *Gesunder Rücken 11.00 – 12.00 Uhr | *Gesunder Rücken 11.00 - 12.00 Uhr | *Gesunder Rücken 11.00 - 12.00 Uhr | |
| | | | | |
| *Fitness Plus 16.30 - 18.00 Uhr | *Fitness 16.00 - 17.00 Uhr | *Fitness 16.00 - 17.00 Uhr | *Pilates 16.00 - 17.00 Uhr | |
| *Gesunder Rücken 18.00 - 19.00 Uhr | *Gesunder Rücken 17.00 - 18.00 Uhr | Pilates 17.00 - 18.00 Uhr | *Gesunder Rücken 17.00 - 18.00 Uhr | *TK Rücken ba 17.00 - 18.00 8 Stunden á |
| *Pilates 19.00 – 20.00 Uhr | *Pilates 18.00 - 19.00 Uhr | *Gesunder Rücken 18.00 - 19.00 Uhr | *Pilates 18.00 - 19.00 Uhr | *TK Rücken ba 18.00 - 19.00 8 Stunden á |
| *Gesunder Rücken 20.00 – 21.00 Uhr oder | *Gesunder Rücken Plus 19.00 – 20.30 Uhr | *Fitness Plus 19.00 – 20.30 Uhr | *Gesunder Rücken 19.00 – 20.00 Uhr | |
| *Progressive Muskelentspannung 20.00 – 21.00 Uhr 14.01-25.03.2019 10x60min | | | | |

Bitte beachten: Die Kursgebühren sind im Preis für die Teilnahme enthalten. Bitte beachten Sie auf Terminänderungen und Stornierungen. Die Kursgebühren sind nicht erstattungsfähig. Bitte beachten Sie auch die Teilnahmebedingungen.

Anmeldung

Und so geht es.

Kurs und Terminabsprache mit uns, ob noch Plätze in Ihrem Wunsch - Kurs frei sind.

Dann Anmeldeformular einfach im Computer ausgefüllt und ohne Unterschrift als Anhang zurück senden.

Unterschrift machen wir gerne beim ersten persönlichen Treffen zu Kursbeginn vor Ort.

Rund um die Kursgebühr beraten wir Sie gerne per Mail oder telefonisch. Zu Kursbeginn wird das Thema für alle aufgreifen.

1. [Anmeldeformular als Word-Datei](#)
2. [Anmeldeformular als PDF-Datei](#)

Unser Angebot auf einen Blick!

1. [Unsere Broschüre als PDF-Datei](#)

Wir beraten Sie gerne per Mail unter info@sport-smile.de oder telefonisch unter +49 (0)208 – 88 25 826.