

Kursangebot VfL 1848 Bad Kreuznach e.V.



VfL 1848 Bad Kreuznach e.V.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Zumba am Vormittag Bianca 10:30 – 11:30 Uhr VfL-Jahnhalle (kleiner Teil)	Tai Chi (Fortgeschrittene) Udo 11:15 – 13:00 Uhr VfL-Jahnhalle	Bodyfit Claudia 10:00 – 11:00 Uhr VfL-Jahnhalle (großer Teil)	Bodystyling - Flexibar Gabi 09:00 – 10:00 Uhr VfL-Jahnhalle (kleiner Teil)	Fit ins Wochenende (WSG) Sigrid 10:00 – 11:00 Uhr VfL-Jahnhalle (kleiner Teil)	VfL 1848 Bad Kreuznach e.V. Geschäftsstelle Hochstr. 27 55545 Bad Kreuznach Anmeldung unter: 0671/32278 oder geschaeftsstelle@vfl-1848.de www.vfl-1848.de
Tai Chi (Anfänger) Udo 19:00 – 20:30 Uhr VfL-Jahnhalle (kleiner Teil)	Aerobic/Step-Aerobic Gabi 18:30 – 19:30 Uhr VfL-Jahnhalle (kleiner Teil)	Dehnen Claudia 11:00 – 11:30 Uhr VfL-Jahnhalle (großer Teil)	Seniorengymnastik Christa 14:30 – 15:30 Uhr VfL-Jahnhalle (großer Teil)	Yoga Basic Heidi 18:30 – 20:00 Uhr Reitschule (Hofgartenstr. 14)	
	Core-Fazien-Training Claudia 18:30 – 19:30 Uhr VfL-Jahnhalle (kleiner Teil)	Rücken Fit (WSG) Angelika 17:30 – 18:30 Uhr VfL-Jahnhalle (kleiner Teil)			
		Strong by Zumba Ione 17:00 – 18:00 Uhr Gymnasium am Römerkastell		ZUMBA 10er-Karten VfL-Mitglieder: 25€ Nicht-Mitglieder: 55€	