

# Frühlingskursangebot im

PHYSIO



\*) Bitte tragen Sie sich bei den so markierten Kursen in die aushängenden Teilnehmerlisten ein.

Gültig ab 06.02.2012

| Montag  | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag   | Freitag  | Sonntag  |
|---|---|--|--|--|--|
| <b>FIT ab 50!</b> K1<br>Birte Müller<br>09.15 Uhr A+B                         | <b>BBP &amp; Bodyforming</b> K1<br>Ute John<br>18.00 Uhr        | <b>Zumba</b> K1<br>Marilou Fuhlrott<br>09.15 Uhr A+B   | <b>BBP &amp; Bodyforming</b> K1<br>Birte Müller<br>10.00 Uhr                         | <b>Wirbel-säulengymnastik</b> K1<br>Uwe Hübner<br>11.15 Uhr *                                  | <b>Thai-Bo</b> K1<br>Thomas Ammen<br>10.30 Uhr |
| <b>Pilates Anfängerkurs</b> K2<br>Ute John<br>geschlossener Kurs<br>16.45 Uhr | <b>Step-Aerobic</b> K1<br>Kirsten Schauder<br>19.00 Uhr A+B     | <b>Bauch &amp; Stretch</b> K1<br>Marilou Fuhlrott<br>10.15 Uhr A+B   | <b>Flexi-Bar</b> K1<br>Pia Krüger<br>18.00 Uhr *                                     | <b>Pilates Anfängerkurs</b> K2<br>geschlossener Kurs<br>ab 07.10.2011<br>Ute John<br>16.30 Uhr |  |
| <b>Thai-Bo</b> K1<br>Conny Zippler<br>Andreas Zippler<br>18.00 Uhr A          | <b>Zandunga</b> K1<br>Nedia Dehmani<br>20.15 Uhr *              | <b>Becken-bodentraining für Frauen</b> K1<br>Antje Kumar<br>11.30 Uhr *  | <b>Autogenes Training</b> K2<br>geschlossener Kurs<br>Dr. Harald Walter<br>18.00 Uhr | <b>Fatburner</b> K1<br>Kirsten Schauder<br>17.30 Uhr A+B                                       |  |
| <b>Pilates Aufbaukurs</b> K2<br>Ute John<br>18.00 Uhr *                       | <b>Wirbel-säulengymnastik</b> K2<br>Jan Springer<br>18.15 Uhr * | <b>Fit nach Infarkt und Herz-OP</b> K1<br>Karina Schaper<br>Eugen Schlosser<br>Dr. Gremmler<br>geschlossener Kurs<br>16.45 Uhr |  | <b>Tai Chi - Entspannt ins Wochenende</b><br>Carina Bossow<br>18.45 Uhr *                      |  |
| <b>Zandunga</b> K1<br>Conny Zippler<br>19.15 Uhr *                            |   | <b>Thai-Bo</b> K1<br>Conny Zippler<br>Andreas Zippler<br>18.00 Uhr B   |  |  |  |
| <b>Becken-bodentraining für Frauen</b> K2<br>Ilona Wiesemann<br>19.20 Uhr *   |   | <b>Yoga</b> K1<br>Sonja Gasparini<br>geschlossener Kurs<br>19.30 Uhr   |  |  |  |

K1: Kursraum 1  
K2: Kursraum TCW  
Out: Outdoorkurs

**A**  
= Einsteiger  
**B**  
= Fortgeschrittene

Weitere Informationen zu allen Kursen entnehmen Sie bitte unserer Homepage unter [www.physio-fit-peine.de](http://www.physio-fit-peine.de)

Mindestteilnehmerzahl bei offenen Kursen: 5!  
Bei weniger Teilnehmern entfällt die Kursstunde.

Anmeldungen zu den geschlossenen Kursen sind persönlich im PhysioFIT oder ebenfalls über die Homepage möglich.