



# SONNTAGS-KURSE IM APRIL

## 08.04.2018 mit Steffi

10.00 – 10.55 Uhr

11.00 – 11.30 Uhr

**Cardio & Kraft  
Faszientraining**

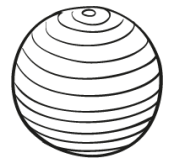


## 15.04.2018 mit Steffi

10.00 – 10.55 Uhr

11.00 – 11.30 Uhr

**Intervall mit Step  
Core & Stability**



## 22.04.2018 mit Andrea

10.00 – 10.55 Uhr

**Zumba®**

## 29.04.2018 mit Steffi

10.00 – 10.55 Uhr

11.00 – 11.30 Uhr

**Aerobic-Mix  
Body Workout**



**Viel Kurs-Spaß wünscht Euch  
das SportQuadrat-Team!**