

# Kurse

## - Deine Monthly Dates -

**MONTAG 04.09.** mit JESTINO  
**Body Pump** 17:00 - 18:00

**DIENSTAG 05.09.** mit DANIEL  
**Sixpack to go** 19:00 - 19:30

**MITTWOCH 06.09.** mit MISHALE  
**Leg Killer** 19:00 - 20:00

**DONNERSTAG 07.09.** mit LAVINIA  
**X-Run** 18:00 - 19:00

**SONNTAG 10.09.** mit DIRK  
**Yoga am Schlossplatz** 09:30 - 11:00  
Treffpunkt: Schlossgarten

**SONNTAG 17.09.** mit SANDRO+SAMIRA+ANGELIKA+VICENTE  
**„Zumba-Tanzmarathon“** 10:30 - 14:30  
beim Badenmarathon Karlsruhe  
Treffpunkt: Europabad Karlsruhe

**SONNTAG 17.09.** mit REGINE  
**Bauch Spezial** 10:00 - 10:30  
**BodyWorkout** 10:30 - 11:30

**MONTAG 18.09.** mit MARC  
**Outdoor-PFT** 18:00 - 19:30  
Mit Anmeldung

**DIENSTAG 26.09.** mit PHILIP  
**Functional Fitness** 19:00 - 19:30