





**Gültig ab 04.09.2020** - Anmeldungen ausschließlich unter [sportfabrik.de](https://sportfabrik.de)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag / Feiertag
<b>Hatha Yoga</b> 08.30 - 09.15	<b>Rücken / Pilates</b> 08.30 - 09.15	<b>Vinyasa Yoga</b>  08.30 - 09.15	<b>Pilates</b> 08.30 - 09.15	<b>Bodystyling</b> 08.30 - 09.15	<b>Iron System</b> 10.00 - 10.45	<b>Hatha Yoga</b> 09.30 - 10.45
<b>Bodystyling</b> 09.30 - 10.15	<b>Evergreens</b>  09.30 - 10.15	<b>Rückentraining</b> 09.30 - 10.15	<b>Functional</b> 09.30 - 10.15	<b>Stepburner [2]</b> 09.30 - 10.15	<b>Bodystyling</b> 11.00 - 11.45	<b>Bodystyling</b>  11.00 - 11.45
<b>Latino Dance</b>  10.30 - 11.15	<b>Fit Mix [1]</b> 10.30 - 11.15	<b>Dynamic Mobility</b> 10.30 - 11.00	<b>Evergreens</b> 10.30 - 11.15	<b>Pilates</b>  10.30 - 11.15	<b>Rückentraining</b> 12.00 - 12.45	<b>Nordic Walking [3]</b> 11.00 - 12.30
<b>Rückentraining</b> 17.00 - 17.45	<b>Rückentraining</b> 17.00 - 17.45	<b>Bodystyling</b>  17.00 - 17.45	<b>Evergreens an Geräten</b> 14.00 - 15.30	<b>Pilates</b> 17.00 - 17.45		<b>Rückentraining</b>  12.00 - 12.45
<b>Functional</b> 17.30 - 18.15	<b>Outdoor Workout</b> 17.30 - 18.15	<b>Dynamic Mobility</b> 18.00 - 18.45	<b>Rückentraining</b> 17.00 - 17.45	<b>Beachvolleyball</b> 17.00 - 18.00		<b>Pilates</b> 13.00 - 13.45
<b>Iron System</b> 18.00 - 18.45	<b>Rennradtreff</b> ab 18.00	<b>Beachvolleyball</b> 18.00 - 19.00	<b>Iron System<sup>1</sup></b> 18.00 - 18.45	<b>Functional</b> 17.30 - 18.15		
<b>Qi Gong</b> 18.30 - 19.15	<b>Pilates</b> 18.00 - 18.45	<b>deep WORK™</b> 19.00 - 19.45	<b>Outdoor Workout</b> 18.15 - 19.15	<b>Outdoor Cycling [4]</b> 18.00 - 19.00		
<b>deep WORK™</b>  19.00 - 19.45	<b>Outdoor Cycling [4]</b> 18.30 - 19.30	<b>bodyART™</b> 20.00 - 20.45	<b>Outdoor Cycling [4]</b> 19.30 - 20.30	<b>Rennradtreff</b> ab 18.00		
<b>Yoga sanft</b> 20.00 - 20.45	<b>Bodystyling</b> 19.00 - 19.45		<b>Latino Dance</b> 19.00 - 19.45	<b>Bodystyling</b> 18.30 - 19.15		
	<b>Hatha Yoga</b> 19.30 - 20.15		<b>Functional</b>  20.00 - 20.45	<b>Vinyasa Yoga</b> 19.30 - 20.45		

- [1] Niveau 1 - Choreografie Einsteiger
- [2] Niveau 2 - mehr als Grundschrirte
- [3] Treffpunkt: Ennertparkplatz Bonn
- [4] Voraussetzung ist trockenes Wetter - bei Regen fällt der Kurs leider aus!

 Halle 1     Halle 2     Outdoor



**Weitere Kurse finden Sie auch im Livestream!** Die Teilnehmerzahl in unserem Kursraum ist leider begrenzt, gerne können Sie sich kostenlos online, über unseren Sportfabrik YouTube Kanal fit halten! **Einfach „Sportfabrik“ bei YouTube suchen und starten!**