

Montag

8.15-9.15
Rückenfit



9.15 - 10.15
**Sanftes
Rückentraining**
AOK-Kurs

10.15 - 11.15
Bodyfit



13.00 - 14.00
Aqua Fitness
AOK/VHS-Kurs

18.00-19.00
Fit Mix
AOK-Kurs

19.00 - 20.00
Bodyfit

20.00 - 21.30
Yoga intensiv



Dienstag

8.30-9.30
**Beckenboden-
gymnastik**
AOK Kurs



9.30-10.45
Yoga
AOK-Kurs

18.15-19.15
Ski-Gymnastik



19.15 - 20.15
Bodyfit

20.20 - 21.20
**Fitness Mix
intensiv**

Mittwoch

9.15 - 10.15
Bodyfit

10.15 - 11.15
**Sanftes
Rückentraining**
AOK-Kurs



18.00-19.00
Nordic Walking
AOK-Kurs

19.15 - 20.15
Bodyfit

20.15 - 21.15
**Sanftes
Rückentraining**



Donnerstag

10.30 - 11.30
Bodyfit
Sulzbach im Adler

17.15-18.15
**Sanftes
Rückentraining**
AOK-Kurs



18.15 - 19.30
Yoga
AOK-Kurs



Freitag

15.30-16.30
Rückenfit für Kids
AOK-Kurs



AOK-Kurse ab Oktober 2006 Anmeldung über AOK
Wir bieten auch **Personal Training** Einzelunterricht)
Termine nach Absprache

Kurse ab September 2006

Wellness Massage:
60 min 42 Euro
30 min 25 Euro



Sandra Mijatovic
Sport- und Gymnastiklehrerin
Rückenschulleiterin DVGS
Yogalehrerin (BYV)
Personal Trainer DGymB
Beraterin für betriebliche
Gesundheitsförderung (DGymB)

Häusersbachstrasse 24
74405 Gaildorf
Telefon 07976-91 06 70
Mobil 01 73-933 1459
Mail info@gymnastiktreff.com

Bankverbindung:
KSK SHA-Crailsheim
BLZ 622 500 30
Konto 64 16 337

WWW.GYMNASTIKTREFF.COM