



# WEEKEND SPECIAL

ASC Frauenstudio & ASC Sportzentrum

| Datum  | Uhrzeit         | Kurs              | Trainer*in | Ort          |
|--------|-----------------|-------------------|------------|--------------|
| 04.02. | 14:00-15:00 Uhr | Tabata            | Annika     | Frauenstudio |
|        | 15:30-16:30 Uhr | bellicon@JUMPING  | Oli A.     | Sportzentrum |
| 05.02. | 14:00-15:00 Uhr | bellicon@JUMPING  | Vanessa    | Sportzentrum |
|        | 15:00-16:00 Uhr | Hot Iron          | Vanessa    | Sportzentrum |
| 11.02. | 14:00-15:00 Uhr | Kampfsport Cardio | Becky      | Frauenstudio |
|        | 15:30-16:30 Uhr | Zumba             | Christine  | Sportzentrum |
| 12.02. | 14:00-15:00 Uhr | bellicon@JUMPING  | Vanessa    | Sportzentrum |
|        | 15:00-16:00 Uhr | Hot Iron          | Vanessa    | Sportzentrum |
| 18.02. | 14:00-15:00 Uhr | Pole Dance        | Kathrin    | Frauenstudio |
|        | 14:00-16:00 Uhr | bellicon@JUMPING  | Oli A.     | Sportzentrum |
| 19.02. | 14:00-15:00 Uhr | bellicon@JUMPING  | Vanessa    | Sportzentrum |
|        | 15:00-16:00 Uhr | Hot Iron          | Vanessa    | Sportzentrum |
| 25.02. | 12:00-13:00 Uhr | Tabata            | Annika     | Frauenstudio |
|        | 15:30-16:30 Uhr | bellicon@JUMPING  | Oli A.     | Sportzentrum |
| 26.02. | 10:30-11:30 Uhr | Indoor Cycling    | Lorena     | Sportzentrum |
|        | 12:00-13:00 Uhr | Faszien           | Annika     | Frauenstudio |
|        | 14:00-15:00 Uhr | bellicon@JUMPING  | Vanessa    | Sportzentrum |
|        | 15:00-16:00 Uhr | Hot Iron          | Vanessa    | Sportzentrum |