



ISV – Zoom-Zeiten

Pro Kurs für einen Monat 10,00 € für Mitglieder / 20,00 € für Nicht-ISV-Mitglieder

Birgit:

Pilates: montags 16.30 Uhr / donnerstags 10.00 Uhr

Entspannung: dienstags 17.15 Uhr / donnerstags 08.30 Uhr

Qigong: montags 18.00 Uhr / dienstags 18.30 Uhr / freitags 09.00 Uhr und 10.30 Uhr

Silke:

Pilates: dienstags 09.30 Uhr und 18.00 Uhr

Yoga: dienstags 08.00 Uhr und 16.30 Uhr und 19.15 Uhr / freitags 08.00 Uhr

NIA: freitags 09.30 Uhr

Christa:

Yoga: montags 19.00 Uhr / mittwochs 09.00 Uhr und 18.15 Uhr

Offene Zoome-Stunden (kostenfrei für ISV-Mitglieder)

Funktionsgymnastik mit Regina immer montags um 16.00 Uhr

AeroFighting mit Anke immer montags um 18.00 Uhr

Zumba mit Franziska immer dienstags um 18.00 Uhr

BBP-Intervall mit Anke immer donnerstags um 17.00 Uhr



**Auskunft und Anmeldung in der ISV-Geschäftsstelle,
Tel. 04921/587941 oder isv@ewetel.net**