

Fit-concept – die Sportschule

Tel. 09961/911517 , e-mail: skate-fitness@web.de

www.skate-fitness-concept.de

Termine Juni -August 09

Mittwoch	03.06.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Mittwoch	03.06.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Öberau
Freitag	05.06.09	18.15 – 19.15	Running „Kennen Lernen“	Laga
Mittwoch	10.06.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Mittwoch	10.06.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Staufstufe
Samstag	13.06.09	15.30 – 17.00	Nordic-Skating Basic 1	Hagen
Montag	15.06.09	18.30 – 19.30	Nordic-Walking Schnuppern	Laga
Mittwoch	17.06.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Mittwoch	17.06.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Öberau
Freitag	19.06.09	18.30 – 19.30	Running „Kennen Lernen“	Laga
Mittwoch	24.06.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Mittwoch	24.06.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Öberau
Freitag	26.06.09	18.30 – 20.00	Nordic-Skating Basic 2	Hagen
Mittwoch	01.07.09	8.15 – 9.15	NW-Technik Kurs	Laga
Mittwoch	01.07.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Staufstufe
Samstag	04.07.09	13.00 – 16.00	Laufschuhtest	Laga
Samstag	04.07.09	15.00 – 16.00	Running „Kennen Lernen“	Laga
Mittwoch	08.07.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Mittwoch	08.07.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Öberau
Mittwoch	15.07.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Samstag	18.07.09	15.30 – 17.00	Nordic-Skating Basic 1	Hagen
Mittwoch	22.07.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Laga
Mittwoch	22.07.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Staufstufe
Mittwoch	29.07.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Mittwoch	29.07.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Öberau
Samstag	01.08.09	15.00 – 16.00	Running „Kennen Lernen“	Laga
Mittwoch	05.08.09	8.15 – 9.15	Gesundheitstraining	Öberau
Mittwoch	05.08.09	19.15 – 20.15	Fitnessstour	Öberau

Anschließend Sommerpause bis Anfang September :-)

Kurse finden ab 6 Teilnehmer statt ! Bei Schlechtwetter , bitte Rücksprache mit Petra Meier , Tel. 09961/9115