

HOCHSCHUL **SPORT**



SUMMER-FITNESS-SPECIAL OPEN-AIR

vom 31. Juli bis 31. August 2017

auf der Rasenfläche hinter dem Sportinstitut INF 700

Montag 19.30 Zumba Armella

Dienstag 18.30 Bauch Beine Po Tessie

Mittwoch 18.30 Vinyasa Yoga
(nicht am 23.08.) Fari

Donnerstag 18.30 Fitness Mix Fari

Der Yogakurs beinhaltet auch Tiefenentspannung, daher ist eine bequeme Unterlage und warme Kleidung mitzubringen.

Alle Fitnesskurse finden mit Musik und natürlich nur bei schönem Wetter bzw. trockenem Boden statt.

Die Kursleiter unterrichten ehrenamtlich und werden wieder ein Sparschwein aufstellen...



www.hochschulsport.issw-hd.de