

UNSERE  
**ZUMBA-KURSE:**



**ZUMBA®**

**DONNERSTAGS**

von 18:00 - 19:00 Uhr  
im Hölzle-Saal Nieder-Wöllstadt



**ZUMBA®**  
kids

**MITTWOCHS**

von 15:00 - 16:00 Uhr  
in der Fritz-Erler-Schule Nieder-Wöllstadt

**Jetzt!** VORBEIKOMMEN &  
**MITMACHEN.**

Mehr Infos  
über unser Fitness-Angebot finden Sie auf der Rückseite  
und unter:

# Unser Sportangebot für Erwachsene

## - Fitness und Gesundheit -

Tag	Uhrzeit	Ort	Trainerin
<b>Montag</b>			
Bauch Beine Po	18.30 – 19.30	FES	Natascha
<b>Dienstag</b>			
Step Aerobic	18.45 – 19.45	Hölzle-Saal	Silke
<b>Mittwoch</b>			
Bodyfeeling	18.45 - 19.45	Hölzle-Saal	Natascha
Fitness-Gymnastik	19.45 - 20.45	Hölzle-Saal	Gerda Seibel
<b>Donnerstag</b>			
Zumba	18.00 - 19.00	Hölzle-Saal	Maritza
Bodystyling	20.00 - 21.00	Hölzle-Saal	Silke
<b>Freitag</b>			
Fatburner	08.30 - 09.30	Hölzle-Saal	Natascha
Special Men Workout	18.30 - 19.30	Hölzle-Saal	Natascha

FES = Fritz-Erler-Schule (Sportraum), Schmalwiesenweg 14  
Hölzle-Saal, Nieder-Wöllstadt, Bahnhofstraße 4

### [Zu unserem weiteren Sportprogramm gehören ...](#)

Turnen, Ballett, Rope Skipping, Karate, Entspannung und Yoga,  
Tai Chi, Gymnastik für Seniorinnen, Wirbelsäulengymnastik, Volleyball  
und Beachvolleyball ...

**bitte schauen Sie auf unsere Homepage ...**