

# Montag

**Start in die Woche, 09:00 – 10:00 Uhr**

FitFabrik Hermle, Industriestraße 55, Maurizio Cassaro

**Morning Mix, 10:00 – 11:00 Uhr**

FitFabrik Hermle, Industriestraße 55, Maurizio Cassaro

# Dienstag

**Yoga, 09:30 – 10:45 Uhr**

FitFabrik Hermle, Industriestraße 55, Ulrike Lessmann

# Donnerstag

**Nordic Walking, 09:00 – 10:00 Uhr**

Hallenbad Mühlacker, Ansprechpartner: Bärbel Schneider (07041-5425)

**Fit am Morgen, 09:00 – 10:00 Uhr**

FitFabrik Hermle, Industriestraße 55, Christine Ruoff

# Freitag

**Fitnessstraining nach Pilates-Prinzipien, 09:00 – 10:00 Uhr**

FitFabrik Hermle, Industriestraße 55, Kerstin Reiling

**QiGong, 10:00 – 11:00 Uhr**

FitFabrik Hermle, Industriestraße 55, Alma Ruf





**GYM AND  
DANCE<sub>e.v.</sub>  
MÜHLACKER**

GYM AND DANCE E.V. MÜHLACKER

# Wochenplan Vormittag

GESCHÄFTSSTELLE: GYM AND DANCE E.V. MÜHLACKER  
POSTFACH 11 19  
75401 MÜHLACKER  
07041 – 80 99 948

INFO@GYMANDDANCE.DE  
WWW.GYMANDDANCE.DE

**GYM WELT** 

GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

VEREINSBEITRAG: KINDER & JUGENDLICHE 40 EURO, AB 18 JAHREN 80 EURO

STAND: APRIL 2018