



Zollstock, Trainingsraum 1. SVK e.V., Fritz-Hecker-Str. 111, 50969 Köln
Rückseite vom Zollstockbad

jeden Montag:

<u>Rücken & Bauch</u>		17:45 – 18:45 Uhr
21.08. – 18.12.2017	162 €	17 x à 60 min
<u>Rücken – Fit</u>		19:00 – 20:30 Uhr
21.08. – 18.12.2017	198 €	17 x à 90 min
<u>Body – Fitness</u>		20:30 – 22:00 Uhr
21.08. – 18.12.2017	198 €	17 x à 90 min

jeden Donnerstag :

<u>Fit-Mix 60 plus</u>		16 – 17 Uhr
24.08. – 21.12.2017	162 €	17 x 60 min
<u>Rücken & Bauch</u>		17:15 – 18:15 Uhr
24.08. – 21.12.2017	162 €	17 x 60 min
<u>Body – Fitness</u>		18:30 – 20:00 Uhr
24.08. – 21.12.2017	198 €	17 x 90 min

10er-Karten sind 5 Monate gültig

10 x 60 min	115 €
10 x 90 min	140 €

Die Kurse finden in der ersten Herbstferienwoche statt und in der 44. KW (zweite Herbstferienwoche) finden sie nicht statt.

Prima Aktiva bietet eine kostenlose Schnupperstunde in den laufenden Kursen. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Die Kursgebühr wird dann entsprechend angepasst.

Die Kursgebühr ist zahlbar in zwei Teilbeträgen (oder auch ganz), jeweils die Hälfte **bis zum 12. September** bzw. zum **24. Oktober 2017**.