

# "TEAM & WOCHENEND KURSE"

## DEZEMBER 17



<b>Samstag</b>	02.12.	10 Uhr DrumsAlive & 11 Uhr Rücken Fit	<b>Heike</b>
<b>Samstag</b>	02.12.	13 Uhr 90 min CrossX	<b>Jerry</b>
<b>Sonntag</b>	03.12.	11 Uhr Weihnachtsmarktwalk Westhofen P Nickelgarten	<b>Volker</b>
	ca 10-14km	(Westhofen-Monzernheim-eventuell Hochborn-Westhofen)	

<b>Samstag</b>	09.12.	10 Uhr Bodystyling	<b>Kerstin</b>
<b>Samstag</b>	09.12.	13 Uhr 90 min CrossX	<b>Karin B.</b>

<b>Samstag</b>	16.12.	10 Uhr Step & 11 Uhr Rücken Fit	<b>Elli</b>
<b>Sonntag</b>	17.12.	10 Uhr ABC 90 min	<b>Tim</b>

<b>Samstag</b>	23.12.	10 Uhr Step & 11 Uhr Rücken Fit	<b>Elli</b>
<b>Samstag</b>	23.12.	13 Uhr 90 min CrossX	<b>Dennis</b>
<b>Sonntag</b>	24.12.	10 Uhr Jumping Special	<b>Sandra</b>
<b>Sonntag</b>	24.12.	10 Uhr ABC Special 90 min	<b>Kerstin</b>

<b>Samstag</b>	30.12.	10 Uhr Step & 11 Uhr Rücken Fit	<b>Heike</b>
<b>Sonntag</b>	31.12.	10 Uhr CrossX Special	<b>Sandra/Dennis</b>



**MERRY XMAS AND A HAPPY  
NEW YEAR**

**VIEL SPASS WÜNSCHT EUCH  
DAS TEAM NEW GALAXY**



