

**Kursstudio & Personaltraining**

**Dani Matz**



**Hauptstraße 110, 76448 Durmersheim**

**0174 3456 334**

[www.dani-matz.com](http://www.dani-matz.com), [dani@dani-matz.de](mailto:dani@dani-matz.de)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8:30 - 9:30	<b>Yoga</b> <i>Sigrun</i>		<b>Bodytoning</b> <i>Sigrun</i>			<b>Männer-Yoga</b> <i>Bernard</i>
9:30 - 10:30		<b>Rücken-Faszien-Flow</b> <i>(auch für Einsteiger) Dani</i>				<i>Pers. Training</i>

17:00 - 18:00					<b>Männer-Yoga</b> <i>Bernard</i>
18:00 - 19:00		<b>Rückenkurs/Kraftzirkel</b> <i>Dani</i>			
18:00 - 19:15				<b>Step/Bodytoning</b> <i>Dani</i>	
18:30 - 19:45	<b>Bodytoning/Stretch</b> <i>Dani</i>				<b>Yoga</b> <i>Dani</i>
18:30 - 20:00			<b>Yoga</b> <i>Sigrun</i>		
19:00 - 20:00		<b>Yoga / YinYoga</b> <i>Dani</i>			