

**17.30 Uhr**  
Balance meets BBPo  
**18.30 Uhr** XCO Shake  
**19.30 Uhr** Yoga\*

\*Yoga als Block buchbar unter Yoga

**1**

**9.15 Uhr** Power Workout  
**10.15 Uhr** Natural Flow  
**18.15 Uhr** Rücken fit  
**19.15 Uhr** Steptaculär  
**20.15 Uhr** Männer Kurs

**2**

**10.00 Uhr** Pilates  
**17.30 Uhr** Strong Nation  
**18.30 Uhr** BBPo  
**19.30 Uhr** Jumping

**3**

**17.15 Uhr**  
BBPo meets Rücken  
**18.15 Uhr** Step Basic  
**19.15 Uhr** Pilates

**4**

**9.00 Uhr** Fit Mix  
**10.00 Uhr** Aktiv 60+  
**17.30 Uhr** Bauch intensiv

**5**

**6**



ANMELDUNG  
zu allen Kursen  
über unsere App

**17.30 Uhr**  
Balance meets BBPo  
**18.30 Uhr** XCO Shake  
**19.30 Uhr** Yoga\*

\*Yoga als Block buchbar unter Yoga

**8**

**9.15 Uhr** Power Workout  
**10.15 Uhr** Jump & Tone  
**18.15 Uhr** Rücken fit  
**19.15 Uhr** Steptaculär  
**20.15 Uhr** Männer Kurs

**9**

**10.00 Uhr** Pilates  
**17.30 Uhr** Strong Nation  
**18.30 Uhr** BBPo  
**19.30 Uhr** Jumping

**10**

**17.15 Uhr**  
BBPo meets Rücken  
**18.15 Uhr** Step Basic  
**19.15 Uhr** Pilates

**11**

**9.00 Uhr** Fit Mix  
**10.00 Uhr** Aktiv 60+  
**17.30 Uhr** Bauch intensiv

**12**

**13**

**Kinderzeche**

**15** **16** **17**

**17.15 Uhr**  
BBPo meets Rücken  
**18.15 Uhr** Step Basic  
**19.15 Uhr** Pilates

**18**

**9.00 Uhr** Fit Mix  
**10.00 Uhr** Aktiv 60+  
**17.30 Uhr** Bauch intensiv

**19**

**20**

**21**

**9.15 Uhr** KANGA Training\*  
\* für Mutter + Kind,  
separate Anmeldung direkt über die  
Kanga Homepage.

**17.30 Uhr**  
Balance meets BBPo  
**18.30 Uhr** XCO Shake  
**19.30 Uhr** Yoga\*

\*Yoga als Block buchbar unter Yoga

**22**

**9.15 Uhr** Power Workout  
**10.15 Uhr** Jump & Tone  
**18.15 Uhr** Rücken fit  
**19.15 Uhr** Steptaculär  
**20.15 Uhr** Männer Kurs

**23**

**10.00 Uhr** Pilates  
**17.30 Uhr** XCO Shake  
**18.30 Uhr** BBPo

**24**

**17.15 Uhr** BBPo meets  
Rücken  
**18.15 Uhr** Step Basic  
**19.30 Uhr** Happy Hand &  
Feet meets Beauty Yoga  
(vor dem Ringana Sommer Sale)

**25**

**9.00 Uhr** Fit Mix  
**10.00 Uhr** Aktiv 60+  
**17.30 Uhr**  
Balance meets BBPo  
**18.30 Uhr** Yin Yoga

**26**

**27**

**6.00 Uhr** Sonnen-  
aufgangs-Yoga\*  
auf dem Hesselberg  
(anschl. Frühstück)

**28**

**9.15 Uhr** KANGA Training\*  
\* für Mutter + Kind,  
separate Anmeldung direkt über die  
Kanga Homepage.

**17.30 Uhr**  
Balance meets BBPo  
**18.30 Uhr** XCO Shake  
**19.30 Uhr** Yoga\*

\*Yoga als Block buchbar unter Yoga

**29**

**9.15 Uhr** Power Workout  
**10.15 Uhr** Natural Flow  
**18.15 Uhr** Rücken fit  
**19.15 Uhr** Steptaculär  
**20.15 Uhr** Männer Kurs

**30**

**17.30 Uhr** XCO Shake  
**18.30 Uhr** BBPo

**31**

# KURSPLAN DINKELSBÜHL



**STUDIO DINKELSBÜHL:**  
Diederstettener Str. 6 • 91550 Dinkelsbühl

[www.e-motion-fitnesskurse.de](http://www.e-motion-fitnesskurse.de)  
[tanja@e-motion-fitnesskurse.de](mailto:tanja@e-motion-fitnesskurse.de)

Sommer Kursplan JULI