

Januar-März	April-Juni	Juli-August	September-Dezember
<p><u>Januar-März:</u> Rückenfit: 03-12KW mit Unterstützung der KK.</p> <p><u>Januar:</u> Workshop: BusinessBoxing 30.01.2010</p> <p><u>März:</u> Wellness Wochen: 09-13KW - Aufguss in der Sauna - Massage (nicht kostenfrei)</p>	<p><u>April-Juni:</u> Rückenfit: 16-24KW mit Unterstützung der KK.</p> <p><u>April:</u> Workshop : Ausdauertraining 03.04.2010</p> <p><u>Juni:</u> Workshop : Langhantel-Workout 05.06.2010</p> <p><u>April-Juni:</u> Nordic-Walking: 16-24KW mit Unterstützung der KK. <i>Kurse: Montag 17-18 Uhr, Donnerstag 11:30-12:30 Uhr Beginn des NW-Kurses 16KW</i></p>	<p><u>August-Oktober:</u> Rückenfit: 34-43KW mit Unterstützung der KK.</p> <p><u>August:</u> Workshop : Rückenschule 07.08.2010</p> <p><u>August-Oktober:</u> Nordic-Walking: 34-43KW mit Unterstützung der KK. <i>Kurse: Montag 17-18 Uhr, Donnerstag 11:30-12:30 Uhr. Ende des NW Kurses 43KW</i></p>	<p><u>Oktober:</u> Workshop : Einblick in verschiedene Entspannungstechniken 09.10.2010</p> <p><u>November:</u> Wellness Wochen: 44-48KW - Aufguss in der Sauna - Massage (nicht kostenfrei)</p>

Kurse mit Krankenkassenunterstützung.