

## Das Fitness-Angebot des Sportcenter Bushido

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
15.30 – 16.30 Herz-Kreislauf- Training & Wirbelsäulen- gymnastik	17.30 – 18.30 Bauchtanz Anfänger	20.30 – 22.00 Boxen mit Horst	17.30 – 18.30 Tribble Dance	17.00 – 18.00 Bauchtanz	15.00 – 16.00 Boxen
20.30 – 22.00 Capoeira mit Manjado 3,- Zuzahlung	19.00 – 20.00 Boxen Anfänger Jugendliche & Erwachsene mit Lorenzo		19.00 – 20.00 Boxen Anfänger Jugendliche & Erwachsene mit Lorenzo	18.00 – 19.00 Tae-Bo Mit Hani	
			20.00 – 22.00 Capoeira mit Manjado 3,- Zuzahlung	19.00 – 20.30 Boxen mit Horst	

**SPORTCENTER BUSHIDO**

**Sechtemerstrasse 5  
0221-24 19 76**

**[www.sportcenter-bushido.de](http://www.sportcenter-bushido.de)**