

FITNESS

WOHLBEFINDEN

GESUNDHEIT



NUR FÜR FRAUEN

## Montag

09.00 – 12.00  
Zirkel

## Dienstag

09.00 – 10.00  
11.00 – 12.00  
Zirkel

## Mittwoch

09.00 – 11.00  
Zirkel

## Donnerstag

09.00 – 12.00  
Zirkel

## Freitag

## Samstag

ॐ 10.00 – 11.00  
Vinyasa Yoga

09.30 – 10.15  
Wirbelsäulen-Gymnastik

ॐ 09.00 – 09.45  
Pilates

\*10.00 **weight  
watchers**

09.30 – 10.15  
Wirbelsäulen-Gymnastik

\*12.00 **weight  
watchers**

ॐ 10.00 – 11.00  
Vinyasa Yoga

\*18.00 **weight  
watchers**

\* Weight Watchers gegen Gebühr

17.00 – 19.00  
Zirkel

18.00 – 19.00  
Zirkel

17.00 – 19.00  
Zirkel

18.00 – 19.00  
Zirkel

18.00 – 19.00  
Zirkel

18.00 – 19.00  
Step-Aerobic

18.00 – 18.45  
Wirbelsäulen-Gymnastik

18.00 – 19.00  
Step-Aerobic

18.00 – 18.45  
Wirbelsäulen-Gymnastik

18.00 – 19.00  
Bauch-Beine-Po

ॐ 19.00 – 20.00  
Hatha Yoga

ॐ 19.00 – 20.00  
Hatha Yoga

ॐ 19.00 – 20.00  
Pilates

ॐ 19.00 – 20.00  
Pilates

  
 Anfänger & Mittlere  
  
 Fortgeschrittene

Rehasportzeiten mit  
Terminvereinbarung:

Mo & Do: 10.30 – 11.15 Uhr  
Di & Do: 18.00 – 18.45 Uhr

# STUDIO LA FEMME

## Praxis für Yoga & Pilates

Yoga · Pilates  
Wirbelsäulengymnastik  
Step Aerobic · Bauch Beine Po  
Gerätezirkel · Personaltraining  
Ernährungsberatung



FITNESS  
WOHLBEFINDEN  
GESUNDHEIT



Monika Wünsch

Brückenstraße 18 · 66763 Dillingen · Telefon: 06831-4005814 · [www.studiolafemme.de](http://www.studiolafemme.de)