


MONTAG

**10:30 - 11:30**  
Mama Fitness  
mit Kind  
(5er Block)

**17:15 - 18:00**  
Flexibar (ab Nov.)

**18:15 - 19:00**  
Balance Step (Okt.)  
Balance Tabata (Nov.)  
Balance 3/4-Step (Dez.)

**19:15 - 20:00**  
BBPo

 **20:15 - 21:00**  
Faszien & Stretch  
(Online + Kurs im Studio)

DIENSTAG

**8:30 - 9:15**  
BBPo meets Rücken

**9:30 - 10:15**  
Pilates & Mind

**17:30 - 18:15**  
Step Power

**18:30 - 19:15**  
Rücken Fit

**19:30 - 20:15**  
Steptaculär

**20:30 - 21:00**  
Männer Sixpack Kurs

MITTWOCH

**9:00 - 9:45**  
Pilates

**10:00 - 10:45**  
Frauenpower

**17:30 - 18:15**  
BBPo

**18:30 - 19:15**  
XCO Shake (Okt. + Dez.)  
Zemb and Funk (Nov.)  
(Dance trifft Functional)

**19:30 - 20:15**  
Tabata (Okt. + Dez.)  
Muskelpower (Nov.)

DONNERSTAG

**17:15 - 18:00**  
Step All Levels (ab Nov.)

**18:15 - 19:00**  
Balance meets  
BBPo

**19:15 - 20:00**  
Step all Levels

**20:15 - 21:00**  
Pilates

FREITAG

**9:00 - 9:45**  
Bodystyling

**10:00 - 10:45**  
Aktiv 60+

**18:00 - 19:00**  
Deepwork

SAMSTAG

**10:30 - 11:15**  
Weekend Power  
(ab 17.10.)

SONNTAG

 **10:00 - 10:45**  
Tabata  
(Online + Kurs im Studio)



# KURSPLAN FÜR DINKELSBÜHL

OKTOBER BIS DEZEMBER 20  
(ab 05.10.)

## HIGHLIGHTS, EVENTS & TERMINE

**Die Umkleiden + Duschen**  
dürfen nur einzeln benutzt  
werden, mit anschließendem  
Desinfizieren.



Weiterhin alle Kurse  
nur mit Anmeldung

über Online Kursportal unter  
[www.e-motion-fitnesskurse-dkb.de](http://www.e-motion-fitnesskurse-dkb.de)  
oder [app.kursifant.com](http://app.kursifant.com)

Noch keinen Account?  
<https://app.kursifant.com/register/at/DoInSS6Lidz9WSE>



**Ab jetzt!**

Jeden Monat LIVE Kurse  
in unserer Facebook Gruppe  
(nur für Kursflat-Kunden)

**NEU!**

@Home-Kursflat  
Kursflat für alle Online-Kurse

**18.10. WEINWANDERUNG**  
(Anmeldung über Kursifant)  
Für Freunde, Familie & Co.  
Natürlich unter Einhaltung aller  
Hygienevorschriften

**GUTSCHEIN FÜR 3 KURSTUNDEN ZUM KENNENLERNEN**

ÜBER KURSIFANT ANMELDEN UND DURCHSTARTE. GÜLTIG BIS ENDE JANUAR 2021