



Melkbrink 74-76
26121 Oldenburg

Tel: 0441 - 6 83 55 77
Fax: 0441 - 40 88 797
www.inform-ol.de

Gültig ab 20. Juni 2010

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
18.30 – 19.30 BauchBeinePo	16.30 – 17.30 Rückenfit PLUS Reha-Sportgruppe***	9.30 – 10.30 Pilates* Sommerpause 24.06.-04.08.10	17.00 – 18.00 Rückenfit PLUS Reha-Sportgruppe***	17.00 – 18.00 StepAerobic/ BauchBeinePo	16.00 – 17.00 Surprise**
19.30 – 20.30 Fettkiller (Intervall)	17.30 – 18.30 Rückenfit PLUS Reha-Sportgruppe***	18.30 – 19.30 Indoor Cycling* Energy	18.00 – 19.00 Power Step	18.00 - 19.00 Thai Bo & SixPack	
19.00 – 20.00 Indoor Cycling* Energy	18.30 – 19.30 Push & Pull	18.30 - 19.30 "Burn out"	19.00 – 20.00 Push & Pull	19.15 – 20.15 Indoor Cycling* Energy	
20.10 – 21.10 Indoor Cycling* Energy	19.00 – 20.00 Indoor Cycling* Energy	19.30 – 20.30 Pilates	19.00 – 20.00 Indoor Cycling* Energy	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">Öffnungszeiten:</p> <p>Montag bis Freitag 8.30 – 22.00</p> <p>Samstag 9.30 – 20.00</p> <p>Sonntag NEU 10.00 – 18.00</p> </div>	
	19.30 – 20.30 Thai Bo & SixPack		20.00 – 21.00 Rückenfit PLUS Reha-Sportgruppe***		

* Anmeldung erforderlich
** Wechselndes Programm lt. Aushang
*** Auch für *Inform*-Mitglieder

Für Neueinsteiger bieten wir in regelmäßigen Abständen Welcome-Cycling an.
Bei Interesse bitte Namen und Telefonnummer in die Listen beim Check-In eintragen.