

SPORTPLAN OKTOBER 01.-31.10.2020

Aufgrund der Corona Pandemie gilt dieser reduzierte Sportplan zunächst pro Monat
WIR BITTEN UM VERSTÄNDNIS FÜR DIE FOLGENDEN EINSCHRÄNKENDEN VORSICHTSMAßNAHMEN

Die Umkleiden und Duschen stehen nicht zur Verfügung. Kommen Sie daher in Sportkleidung und duschen Sie bitte zuhause. Ein eigenes Handtuch, Getränk und Hallenschuhe sind mitzubringen.
 Die **maximale Teilnehmerzahl** aller Indoor-Sportkurse ist aufgrund der Abstandsregeln zunächst auf **max. 10 Personen** begrenzt. Das Einhalten der angekündigten Hygieneregeln ist streng zu befolgen.
 Vielen Dank für Ihr Verständnis gegenüber allen notwendigen Maßnahmen zugunsten Ihrer und unserer Gesundheit!

Alle aktuellen Informationen zu den Sportkursen unter:
www.syltnesscenter.de/fitness und in der **iSylt-App**

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
09.00					Pilates x10 Femke 50 B SC	Fit im Rücken x10 Bitsy 50 A SC
10.10	Fit in den Tag x10 Femke 50 A SC	Bodyfit x10 Femke 50 A SC	Fit im Rücken x10 Femke 50 A SC	Bauch Beine Po x10 Femke 50 A SC	Bodyfit x10 Femke 50 A SC	Mobility Training x10 Bitsy 50 A SC
12.00	Rücken Intensiv x10 Femke 50 B SC					
17.00			Physio Yoga x10 Felix 50 B SC			YOGALIGN® im Syltness Center „from Hawaii with Aloha“ Termine nach Absprache per E-Mail kontakt@yogalign.de
18.00	Pilates x10 Femke 50 B SC	Bauch Beine Po x10 Katja 50 A SC		Fitness Mix x10 Katja 50 A SC		
19.10	Zumba® Fitness x10 Crissie 50 A SC	deepWork® x10 ab 13.10. Katja 50 A SC				
19.30			Feelgood Yoga x10 Caro 50 B SC			

ZEICHENERKLÄRUNG

Feste Kurstrainer · Vertretungen sind möglich

Kursdauer in Minuten

Preiskategorie	Tickets	1er	6er	12er
A		9,-	45,-	69,-
B		12,-	66,-	119,-

x 10 · Maximale Teilnehmeranzahl: 10 Personen

Treffpunkt/Veranstaltungsort
 SC Syltness Center Fitnessraum mit Meeresblick · 3. OG,
 Dr.-Nicolas-Str. 3 · Westerland

Parkplatz des Syltness Centers steht allen Nutzern der Sportkurse für die Dauer der Kurse gebührenfrei zur Verfügung.
 Parkkarte bitte im Kurs abstempeln lassen.

SYLTNESS CENTER – DAS SPA AM MEER

Dr.-Nicolas-Straße 3
 25980 Sylt/Westerland
Buchungs- & Servicenummer
 04651 9980
www.syltnesscenter.de

Anbieter der Leistung ist die
Insel Sylt Tourismus-Service GmbH
 Strandstraße 35 · 25980 Sylt/Westerland

Irrtümer und Änderungen vorbehalten.
 Stand: 25.09.2020