

*Ihre Betriebsärzte informieren*

*In Zusammenarbeit mit dem SV Weißblau-Allianz München e.V.*

## **Gesamtübersicht / Sportprogramm im Haus 2**

### **Dienstag**



**BBRP / Bauch-Beine-Rücken-PO**  
**16.30 – 17.30 Uhr**  
**Bernd Münch / Vertretung**



**Free Flowing YOGA**  
**17.30 – 18.30 Uhr**  
**Michael Laux**

### **Mittwoch**



**Rücken-Power**  
**15.30 – 16.30 Uhr**  
**Rita Harder**



**Work Out**  
**16.30 – 17.30 Uhr**  
**Rita Harder**

### **Donnerstag**



**Yoga am Morgen**  
**07.30 – 08.30 Uhr**  
**Claudia Wollweber**



**After Work Fit**  
**17.00 – 18.00 Uhr**  
**Bernd Münch**

**Alle Kurse finden im Haus 2, Raum UX U2 103, statt**

**Kostenlos für Mitglieder des SV Weißblau-Allianz München e.V.**