

Kursplan



Herbstplan 2019 gültig ab September

Montag

8:30 Uhr
Kraft Ausdauer Zirkel

18:00 Uhr
Jumping

19:00 Uhr
Lifebalance

Dienstag

19:00 Uhr
Jumping

Mittwoch

8:30 Uhr
Yoga

18:00 Uhr
Bauch Killer

19:00 Uhr
Boxtraining

Donnerstag

19:00 Uhr
Jumping

Freitag

8:30 Uhr
Rückenschule

18:00 Uhr
Boxtraining

19:00 Uhr
Boxtraining

Jederzeitiger Einstieg möglich - Unsere Trainer kümmern sich um jeden Teilnehmer.
Außerhalb der Trainingszeiten ist unser Trainingsraum frei zu benutzen

* jeder Kurs dauert 50 min.