


KURSE ZWISCHEN DEN JAHREN




MI. 27.12.

09:30 - 10:20 


Rückentraining I

mit Anke | Gym 2

10:30 - 11:00 


Faszien-Pilates

mit Anke | Gym 2

18:00 - 18:50 


Yoga

mit Silke | Gym 1

18:00 - 18:50 

Langhantel


mit Sandra O. | Gym 2

19:00 - 19:50 

ZUMBA

mit Freddie | Gym 2

DO. 28.12.

10:00 - 10:50 


Pilates

mit Katja | Gym 2

17:00 - 17:50 

Körperattacke


mit Jannika | Gym 2

18:00 - 18:50 

Rückentraining II


mit Ina | Gym 2

FR. 29.12.

09:30 - 10:20 

Mobility-Mix

mit Anke | Gym 2

17:00 - 17:50 

Yoga

mit Silke | Gym 2

