

KURSPLAN

ab Januar 2020

Montag

 18:30 TRX®

Dienstag

 20:00 Yoga

Mittwoch

 17:30 Yoga

 18:45 Blackroll® meets Yoga

Donnerstag

 9:15 Yoga

 18:30 Easy Cardio Step (45 min.)

Freitag

 17:30 Body Basics

Sonntag

 14:15 Basic Jump (30 min.)

Kursdauer wenn nicht anders angegeben jeweils 60 Minuten