

KURSPLAN

ab Juni 2021

Montag

18:30 TRX®

Dienstag

18:45 Hula Hoop (30 min.)

20:00 Yoga

Mittwoch

17:30 Yoga

18:45 Blackroll® meets Yoga

Donnerstag

9:15 Yoga

Freitag

17:30 Body Basics

Sonntag

14:15 Basic Jump (30 min.)

Kursdauer wenn nicht anders angegeben jeweils 60 Minuten