

KURSPROGRAMM IM FITNESSSTUDIO

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	FREITAG
Kleingruppen- Training 17.30 – 18.30 Uhr	Rückbildung „Aufbau“ 10.00 – 11.00 Uhr Sophia Kahlhammer T: 0664 15 63 988	Kleingruppen- Training 09.00 – 10.00 Uhr	Kleingruppen- Training 08.00 – 09.00 Uhr
	Beckenboden- training 11.00 – 12.00 Uhr Sophia Kahlhammer T: 0664 15 63 988	Kleingruppen- Training 11.00 – 12.00 Uhr	Zirkeltraining 9.00 – 10.00 Uhr mit Stefanie T. T: 0660 42 40 473
			Kleingruppen- Training 10.00 – 11.00 Uhr

Anmeldung bei Simon Salah T: 0677 | 61 94 55 98