

Lady's Fitness Point Kursprogramm

02.08.2021 - 31.08.2021

ERWEITERUNGEN & ÄNDERUNGEN IN PLANUNG,
WIR BITTEN UM DEIN FEEDBACK & WÜNSCHE!

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:10	Wirbelsäulengymnastik	FKT	Rücken Fit	FKT	
10:20	FKT für jedes Mädels	FKT 30 Minuten	FKT	FKT für jedes Mädels	FKT für jedes Mädels
11:30				FKT 30 Minuten	
15:55		ab 17.08 FKT 30 Minuten		ab 19.08 FKT 30 Minuten	
16:35	FKT	FKT Damen & Herren		FKT für jedes Mädels	
17:45	Step Aerobic	Rücken Fit	Pilates	 ZUMBA®	
18:55	Pilates	 ZUMBA®	Fatburner mit Kräftigung	FKT für jedes Mädels + Damen & Herren	

Eine Anmeldung über MySports ist erforderlich!