

Bewegung ist Leben!

Montag

10:30 - 11:30

Body Flow
Natalia

Dienstag

10:30 - 11:30

Starker Rücken
Norbert

Donnerstag

10:30 - 11:30

Starker Rücken
Norbert

Freitag

Samstag

10:30 - 11:15

Yoga **NEU!**
Anna-Christine

11:30 - 12:15

Bad Ass **NEU!**
Anna-Christine

Ab April 2024

17:00 - 18:00

Starker Rücken
Gudrun

17:00 - 18:00

Pezziball
Tiefenmuskulatur
Norbert

17:30 - 18:00

Bauch intensiv
Norbert

18:00 - 19:00

Langhantel
Sabrina

18:00 - 19:00

Indoor-Cycle
Gudrun

18:00 - 19:00

Langhantel
Norbert

18:00 - 19:00

Stretching & Faszien
Norbert

19:00 - 20:00

Jumping
Sabrina

19:00 - 20:00

Jumping
Sabrina

