

UNSER KURSPLAN

gültig ab August 2020

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	12.30 - 13.15 Uhr PILATES (Elisa Ebner)	12.30 - 13.15 Uhr STARKER RÜCKEN (Maria Graf)		12.00 - 12.45 Uhr FASZIENTRAINING (Svenja Gehring)
17.30 - 18.15 Uhr STARKER RÜCKEN (Elisa Ebner)		17.00 - 17.50 Uhr TIME OUT: PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG (Svenja Gehring)	17.30 - 18.15 Uhr FASZIENTRAINING (Elisa Ebner)	
		NEU AB SEPTEMBER 18.30 - 19.15 Uhr PILATES (Elisa Ebner)		

Bitte melden Sie sich am Empfang oder bei unseren Trainern für die Teilnahme am Kurs an.