

Fitness am Samstagmorgen



Datum	Fitnessprogramm	Dozent
19.10.2019	Functional Power	Selke
26.10.2019	MAX® & Faszien	Renata
02.11.2019	Movement	Lydia
09.11.2019	Hanteltraining	Petra
16.11.2019	Functional Training - Starker Rücken	Renata
23.11.2019	Drums alive	Selke
30.11.2019	Ashtanga in B5	Nikola
07.12.2019	T-Bow Fitness	Selke
14.12.2019	deepWork®	Lydia
21.12.2019	Fit durch die Weihnachtstage	Annika

10:00 - 11:00 oder 10:00 - 11:15 Uhr

Kosten: pro Kurs 5,-€