

KURS SPECIALS Dezember

So 01.12.	MEDITATION	09:00-09:30
So 01.12.	CAPOEIRA	16:30-17:00
Mi 04.12.	BALANCE	18:00-18:30
Fr 06.12.	LEG DAY	18:00-18:30
Sa 07.12.	HANTEL WORKOUT	16:30-17:00
So 08.12.	MEDITATION	09:00-09:30
So 08.12.	KICKS	16:30-17:00
Mi 11.12.	PREHAB	18:00-18:30
Fr 13.12.	EINLADUNG ZUR KLANGREISE	18:30-19:30
Sa 14.12.	CALISTHENICS	16:30-17:00
So 15.12.	MORNING MOBILITY	09:30-10:00
So 15.12.	BOXING SHOULDERS	16:30-17:00
Mi 18.12.	REHAB	18:00-18:30
Fr 20.12.	ANKLE, KNEE, HIP-MOBILITY	18:00-18:30
Sa 21.12.	CARDIO CIRCLE	16:30-17:00
So 22.12.	MOBIL MIT MAX	09:30-10:00
So 22.12.	EINLADUNG ZUR KLANGREISE	16:30-17:30
Mi 25.12.	HIIT	18:00-18:30
Fr 27.12.	CROSSTRaining	18:00-18:30
Sa 28.12.	STRETCHING	16:30-17:00
So 29.12.	MEDITATION	09:00-09:30
So 29.12.	KOPF & HANDSTAND	16:30-17:00

JETZT ANMELDEN



rothof.de