

KURS SPECIALS Juni

Sa 01.06.	CAPOEIRA	16:30-17:00
So 02.06.	MEDITATION	09:00-09:30
So 02.06.	BREATHWORK	16:30-17:00
Mi 05.06.	KETTLEBELL WORKOUT	18:00-18:30
Fr 07.06.	SELBSTVERTEIDIGUNG	18:00-18:30
Sa 08.06.	VOLLEYBALL BASICS	16:30-17:00
So 09.06.	MORNING MOBILITY	09:30-10:00
So 09.06.	PUSH & PULL BASICS	16:30-17:00
Mi 12.06.	RÜCKEN & RUMPF	18:00-18:30
Fr 14.06.	LEG DAY	18:00-18:30
Sa 15.06.	STRETCHING AND MOBILITY	16:30-17:00
So 16.06.	MEDITATION	09:00-09:30
So 16.06.	JONGLIEREN	16:30-17:00
Mi 19.06.	BALANCE TRAINING	18:00-18:30
Fr 21.06.	REHAB	18:00-18:30
Sa 22.06.	CARDIO CIRCLE	16:30-17:00
So 23.06.	MAXIMAL MOBIL	09:30-10:00
So 23.06.	MAXIMAL KRAFT	16:30-17:00
Mi 26.06.	HIIT	18:00-18:30
Fr 28.06.	CIRCLE TRAINING	18:00-18:30
Sa 29.06.	FASZIENROLLEN	16:30-17:00
So 30.06.	MEDITATION	09:00-09:30
So 30.06.	CORE POWER	16:30-17:00

JETZT ANMELDEN



rothof.de