

KURS SPECIALS September

Fr 01.09.	BEWEGUNGSMUSTER	18:00-18:30
Sa 02.09.	TRX WORKOUT	16:30-17:00
So 03.09.	MORNING MOBILITY	09:00-09:30
So 03.09.	MAXIMAL KRAFT	16:30-17:00
Mi 06.09.	CORE POWER	18:00-18:30
Fr 08.09.	PEZIBALL WORKOUT	18:00-18:30
Sa 09.09.	LEG DAY!	16:30-17:00
So 10.09.	MEDITATION	09:00-09:30
So 10.09.	HIIT	16:30-17:00
Mi 13.09.	CARDIO CIRCLE	18:00-18:30
Fr 15.09.	BLACKROLL & STRETCH	18:00-18:30
Sa 16.09.	MINIBAND WORKOUT	16:30-17:00
So 17.09.	MORNING MOBILITY	09:00-09:30
So 17.09.	GUMMIBAND POWER WORKOUT	16:30-17:00
Mi 20.09.	BALANCE TRAINING	18:00-18:30
Fr 22.09.	CARDIO CIRCLE	18:00-18:30
Sa 23.09.	STRETCH & RELAX	16:30-17:00
So 24.09.	MEDITATION	09:00-09:30
So 24.09.	CAPOEIRA BEGINNER	16:30-17:00
Mi 27.09.	ANATOMIE SCHULTER	18:00-18:30
Fr 29.09.	BREATHWORK	18:00-18:30
Sa 30.09.	HANDBALLER WORKOUT	16:30-17:00

JETZT ANMELDEN



rothof.de