

Online-Kursplan ab 04.01.2021

stayathome # wir bleiben uns treu!!!

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|----------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|---------|
| | Rückenfit 9.00 Uhr | | Rückenfit 9.00 Uhr | |
| | | | | |
| | | | | |
| Wochenstart-Special 18.30 Uhr | TRX®-Ganzkörpertraining 18.00 Uhr | Rückenfit 18.00 Uhr | Kurz und knackig – HIIT 18.00 Uhr | |
| | Rückenfit 19.15 Uhr | Kurz und knackig – HIIT 19.15 Uhr | TRX®-Ganzkörpertraining 19.15 Uhr | |
| | | | | |