

Kursplan INFORM Training Altenberge

Gültig ab 18.04.-24.04.2022

2.Oster-Ferienwoche

An- und Abmeldung zurzeit erforderlich (Corona)



#GEMEINSAMSTARK
#GEMEINSAMINFORM

	OSTER-Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
VOFRÜHMORGEN	"SPECIAL" Cycling 10:30 - 12:30 mit Carina & Susana		Pilates 09:30 - 10:30 mit Carina	Yoga 09:30 - 10:30 mit Carina	Cycling 9:30 - 10:30 mit Carina		BBP 10:30 - 11:30 mit Susana
			Pilates 10:30 - 11:30 mit Carina				Yoga 11:30 - 12:30 mit Susana
NACHMITTAG/ ABENDS		Lift & Workout 18:00 - 19:00 mit Carina	Full Body Workout 17:30 - 18:10 mit Susana	RückenFit 18:00 - 19:00 mit Susana	Pilates 17:00 - 18:00 mit Jan		
		Yoga 19:10 - 20:10 mit Carina	Bauch Intensiv 18:15 - 18:45 mit Susana	Lift & Workout 19:00 - 20:00 mit Susana			
			Cycling 19:00 - 20:00 mit Jörg				