

Montag

Fitness meets Yoga

09:00 BODY FIT
10:00 JUMPING
10:00 (TRAININGSFLÄCHE) SEILZUG ZIRKEL - BLEIB JUNG UND FIT
17:45 FASZIEN YOGA IM HARMONY
18:00 BODYPUMP
19:15 SPINNING
19:15 POWER YOGA IM HARMONY

Dienstag

08:15 HATHA YOGA IM HARMONY
08:15 REHA
09:15 REHA
10:00 (TRAININGSFLÄCHE) GERÄTEZIRKEL
16:00 REHA
17:00 REHA
18:00 FUNCTIONAL TRAINING ATHLETIK
19:00 HULA HOOPNEU!!!

Mittwoch

08:15 PILATES
09:30 YIN YOGA IM HARMONY
09:30 SPINNING
10:30 VITALER RÜCKEN
18:00 YIN YOGA IM HARMONY
18:15 JUMPING
19:00 FASZIEN YOGA/PILATES IM HARMONY

Donnerstag

09:00 (TRAININGSFLÄCHE) GERÄTEZIRKEL
09:15 REHA
18:00 BODYPUMP
19:15 JUMPING NEU!!!

Freitag

08:15 PILATES
09:30 VITALER RÜCKEN
17:15 REHA
18:15 HATHA YOGA IM HARMONY
18:30 SPINNING



BITTE ANMELDEN! TELEFONISCH/PER APP