

Kursplan 2024

Di

18:00 Functional Training
19:10 Zirkeltraining Ganzkörper
20:15 Männer Fitness

DO

15:45 Fit mit Babybauch
17:00 Rückbildung
18:10 Rückenfitness
19:15 Mehr Power

FR

08:30 Rückenfitness