

Kursplan: Kursraum 2 Aschersleben

20.01.2020 - 26.01.2020

fitnesspark Aschersleben
 Am Spittelsberg 6
 06449 Aschersleben
 03473 222084
 info@fitnesspark-aschersleben.de



Montag 20.01.2020	Dienstag 21.01.2020	Mittwoch 22.01.2020	Donnerstag 23.01.2020	Freitag 24.01.2020	Samstag 25.01.2020	Sonntag 26.01.2020
<p>09:30 - 10:30 Wirbelsäulengymnast...</p> <p>17:00 - 18:00 Wirbelsäulengymnast...</p> <p>18:00 - 19:00 Langhanteltraining</p>	<p>09:30 - 10:15 Reha</p> <p>14:00 - 14:45 Reha</p> <p>16:45 - 18:00 Yoga</p> <p>18:00 - 19:00 Zumba</p> <p>19:00 - 19:45 Zirkel</p>	<p>09:30 - 10:30 Bodyform</p> <p>17:00 - 18:00 Wirbelsäulengymnast...</p> <p>18:00 - 18:15 Tabata</p> <p>18:15 - 19:15 Bauch Beine Po</p>	<p>17:00 - 17:45 Reha</p> <p>17:45 - 18:30 Balance</p> <p>18:30 - 19:15 Fatburner</p>	<p>09:30 - 10:30 Fit ins WE</p> <p>18:00 - 18:30 PMR</p> <p>18:45 - 19:30 CrossX</p>		

■ Ausdauer
■ Selbstverteidigu...

■ Figur

■ Gesundheit

■ Kraft

Stand: 23.01.2020