

Fitnesszirkel
Kondition

Rückenzirkel
Haltungstraining

Beweglichkeitszirkel
Mobilität

MODUL ZIRKEL

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
	10.30 RÜCKENZIRKEL					
			12.30 RÜCKENZIRKEL			
19.00 RÜCKENZIRKEL "Core"				19.00 RÜCKENZIRKEL "Core"		

MODUL TRX

					12.15 TRX	
		17.45 TRX				
18.15 TRX	18.30 TRX	18.30 TRX		18.15 TRX		
			19.00 TRX			