

Kurs-Specials

Montag, 16.05.

19-20 Uhr

Fit in die Woche

(Kraft-Ausdauer-Training)

mit Margit

Montag, 23.05.

18-19 Uhr *(statt WSG)*

Faszientraining

mit Sascha

Donnerstag, 02.06.

09-09:45 Uhr *(statt Rückenfit)*

HWS-Special

(Kräftigung und Mobilisation der Halswirbelsäule)

mit Nana

Mindestteilnehmerzahl: 5.

Buchung 10 Tage im Voraus möglich.