Outdoor Fitness Schnuppertage

Montag – Freitag 19:00 – 20:30 Uhr
Samstags 10:00 – 11:30 Uhr

Montag – Freitag
Mi 29.05. / Do 13.06./ Mo 17.06./
Mi 17.07./ Di 23.07./ Fr 16.08./ Mo 26.08.

Samstage
25.05./ 08.06./ 29.06/ 06.07./ 13.07/
20.07./ 10.08/ 24.08./ 21.09./ 28.09

Alle Termine sind auch für Einsteiger/ Anfänger geeignet!

Die 90 Minuten Einheiten enthalten:
Warm- Up
Training
Cool Down
Entspannung

- Maximale Teilnehmerzahl 8 Personen
- wenn vorhanden bitte eine Gymnastikmatte mitbringen

Outdoor Fitness Schnuppertage

Montag – Freitag 19:00 – 20:30 Uhr
Samstags 10:00 – 11:30 Uhr

Montag – Freitag
Mi 29.05. / Do 13.06./ Mo 17.06./
Mi 17.07./ Di 23.07./ Fr 16.08./ Mo 26.08.

Samstage
25.05./ 08.06./ 29.06/ 06.07./ 13.07/
20.07./ 10.08/ 24.08./ 21.09./ 28.09

Alle Termine sind auch für Einsteiger/ Anfänger geeignet!

Die 90 Minuten Einheiten enthalten:
Warm- Up
Training
Cool Down
Entspannung

- Maximale Teilnehmerzahl 8 Personen
- wenn vorhanden bitte eine Gymnastikmatte mitbringen

Outdoor Fitness Schnuppertage

Montag – Freitag 19:00 – 20:30 Uhr
Samstags 10:00 – 11:30 Uhr

Montag – Freitag
Mi 29.05. / Do 13.06./ Mo 17.06./
Mi 17.07./ Di 23.07./ Fr 16.08./ Mo 26.08.

Samstage
25.05./ 08.06./ 29.06/ 06.07./ 13.07/
20.07./ 10.08/ 24.08./ 21.09./ 28.09

Alle Termine sind auch für Einsteiger/ Anfänger geeignet!

Die 90 Minuten Einheiten enthalten:
Warm- Up
Training
Cool Down
Entspannung

- Maximale Teilnehmerzahl 8 Personen
- wenn vorhanden bitte eine Gymnastikmatte mitbringen