

Groupfitness

CHRUMMWEID 4, 6026 RAIN

Von ruhigen, gezielten Stunden bis hin zu schweisstreibenden, mitreissenden Power-Angeboten ist für jede/n etwas dabei.

Stundenplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.15 Uhr Bodyfit (Ramona) 09.45 Uhr Rückenfit (Ramona)				08.15 Uhr Bellicon Jumping (Helena) 09.30 Uhr Bellicon Training Senioren 60+ (Helena)	09.00 Uhr Bellicon Jumping (Helena) 10.00 Uhr Bellicon Jumping Einsteiger (Helena)
		13.15 Uhr Kids Jump (Helena)	17.15 Uhr Teenie Jump (Helena)		
18.15 Uhr Outdoor Intervall- Training (Ramona) 19.00 Uhr Yoga ab 18.10.2021 (Larissa)	18.15 Uhr Bellicon Jump (Ramona) 19.30 Uhr Rückenfit (Ramona)	18.30 Uhr Outdoor Intervall- Training (Ramona)		18.00 Uhr Bellicon Jumping (Helena) 19.00 Uhr Bellicon Jumping (Helena)	

Für Infos / zur Anmeldung melde dich bei der jeweiligen Instruktorin.

Helena

079 458 55 88

Ramona

079 742 20 86

Larissa

078 806 27 65