

KURSPLAN

HIER TRAINIERT
WILHELMSBURG

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
12:00 – 13:30 BURPEES & BABYS						
				16:00 – 17:30 TAI CHI		
	18:00 – 19:00 LANGHANTEL		18:00 – 19:00 RÜCKEN- / ZIRKELTRAINING			

Die
Fitness
Insel