



Blau-Silber Fitness

Kurse

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG



Deep Power
mit Janina Gärtner

18:30 Uhr -
19:30 Uhr

HIIT
mit Janina Gärtner

19:45 Uhr -
20:45 Uhr



Drums Alive
mit Alena Gärtner

18:45 Uhr -
19:45 Uhr

Yoga
mit Victoria Jede

20:00 Uhr -
21:00 Uhr



Linedance
mit Yvonne Treuer

18:45 Uhr -
19:45 Uhr

Muscle Power
mit Janina Gärtner

20:00 Uhr -
21:00 Uhr



HEALTH Fit Seniors
mit Alena Gärtner

16:15 Uhr -
17:15 Uhr

HEALTH Fit
mit Alena Gärtner

17:30 Uhr -
18:30 Uhr

BODY Styling
mit Alena Gärtner

18:45 Uhr -
19:45 Uhr

Shadow Boxing
mit Orsolina Calzone
und Jasmin Zimmermann

20:00 Uhr -
21:00 Uhr



FIT Mix Outdoor
mit Yvonne Febbo-Kissel

09:00 Uhr -
10:00 Uhr

