

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00 – 8.30		Neue Rückenschule			
8.30 – 9.00		Luis - Kursraum			
9.00 – 9.30		BSV - Stabi			
9.30 – 10.00		Luis - Kursraum			
10.00 – 10.30	MTT	MTT			
10.30 – 11.00	freies Training	freies Training			
11.00 – 11.30	Curtis - Kursraum	Curtis - Kursraum	MTT		
11.30 – 12.00			freies Training		
12.00 – 12.30			Curtis - Kursraum		
12.30 – 13.00					
13.00 – 13.30					MTT
13.30 – 14.00					freies Training
14.00 – 14.30					Moritz - Kursraum
14.30 – 15.00					
15.00 – 15.30	MTT				MTT
15.30 – 16.00	freies Training			Faszien Fit	freies Training
	Moritz - Kursraum			Curtis - Kursraum	Felix - Kursraum
16.00 – 16.30			MTT		
16.30 – 17.00			freies Training		
17.00 – 17.30			Felix - Kursraum	Functional Training	
17.30 – 18.00				Curtis - Kursraum	
18.00 – 18.30	MTT		MTT		
18.30 – 19.00	freies Training	Laufschule	freies Training		
	Felix - Kursraum	Sebastian - Outdoor	Moritz - Kursraum		
19.00 – 19.30					
19.30 – 20.00					
20.00 – 20.30		Functional Training			
20.30 – 21.00		Lukas - Kursraum			Stand 9/23

**Der neue Faszien-Fit Kurs startet ab 19.10.2023
Sprechen Sie uns gerne an !**