

MONTAG

08.30 - 09.00 **POWER PLATE** G

09.00 - 09.30 **POWER PLATE** i

18.00 - 18.30 **POWER PLATE** G

18.30 - 19.00 **POWER PLATE** i

DIENSTAG

09.00 - 09.30 **POWER PLATE** G

09.30 - 10.00 **POWER PLATE** i

18.00 - 18.30 **POWER PLATE** G

18.30 - 19.00 **POWER PLATE** i

MITTWOCH

08.30 - 09.00 **POWER PLATE** i

09.00 - 09.30 **POWER PLATE** G

17.30 - 18.00 **POWER PLATE** G

18.00 - 18.30 **POWER PLATE** i

DONNERSTAG

08.30 - 09.00 **POWER PLATE** G

09.00 - 09.30 **POWER PLATE** i

18.00 - 18.30 **POWER PLATE** G

18.30 - 19.00 **POWER PLATE** i

FREITAG

09.00 - 09.30 **POWER PLATE** G

09.30 - 10.00 **POWER PLATE** i

17.00 - 17.30 **POWER PLATE** G

17.30 - 18.00 **POWER PLATE** i

Wir bitten um Voranmeldung
24 Stunden vor Kursbeginn!

Dauer der Einheiten: 25 min.

G **POWER PLATE Gruppe**

i **POWER PLATE individuell**