

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		10:00 – 10:30 FIVE MADELEINE (Alle)				
17:00 – 17:20 BAUCH WORKOUT (Start: 1.11.22) AMELIE (Alle)			17:30 – 18:00 TRX EINSTEIGER MARC (Alle)			
	18:00 – 18:30 FIVE MARC (Alle)					

Bauch Workout - Easy Training Raum

Kurzes intensives Bauch Training

FIVE Kurs

- Five Geräte Park

Gelenks- und Beweglichkeitstraining – Bescheinigung für die KK

TRX Einsteiger - Easy Training Raum

TRX Training – Training mit eigenem Körpergewicht – Basic Übungen



Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 06:00 – 23:00 Sa., So.: 9:00 – 20:00

Räumlichkeiten: Easy training Raum / Five Gerätepark