Kursplan Just Fit 08 City - Aachener Str. 1281 • Köln

Stand: 11.12.2019 21:01 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 Uhr **Sling Fitness** (30 Min.) Trainingsfläche	09:00 Uhr **Faszientraining** (15 Min.) Trainingsfläche 09:00 Uhr **Rücken Fit** (15 Min.) -	09:00 Uhr **Sling Fitness** (30 Min.) Trainingsfläche	09:00 Uhr **Rücken Fit** (15 Min.) - 09:00 Uhr **Faszientraining** (15 Min.) Trainingsfläche			
18:30 Uhr **Bauchzirkel** (15 Min.) Trainingsfläche 18:45 Uhr **Mobility** (15 Min.) Trainingsfläche	18:30 Uhr **Bauchzirkel** (15 Min.) Trainingsfläche 18:45 Uhr **Mobility** (15 Min.) Trainingsfläche	18:30 Uhr **Bauchzirkel** (15 Min.) Trainingsfläche 18:45 Uhr **Mobility** (15 Min.) Trainingsfläche	18:30 Uhr **Bauchzirkel** (15 Min.) Trainingsfläche 18:45 Uhr **Mobility** (15 Min.) Trainingsfläche	18:30 Uhr **Bauchzirkel** (15 Min.) Trainingsfläche 18:45 Uhr **Mobility** (15 Min.) Trainingsfläche		