

Kursplan August – November 2021 (in den Ferien finden keine Kurse statt)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00						
09:30	Fit mit Baby					
10:00						
10:30						
15:00		Cross-Fit Kids 3-6 Jahre				
15:30						
15:45						
16:00						
16:15					Beckenboden-Fit	
16:30	Selbstverteidigung Kids 6-12 Jahre	Cross Fit Kids 6-12 Jahre				
16:45						
17:00						
17:15						
17:30	Cross Fit – low (Einzelkurse)	Rücken-Fit			CrossHula	
17:45						
18:00						
18:30				Cross Fit – low		
18:45						
19:00						
19:30		CrossHula (Einzelkurse)		Cross Fit – strong		
19:45						
20:00						
20:30						
21:00						