

Kursplan: Festsaal

07.10.2024 - 13.10.2024

Ausdauer Training in seiner reinsten Form

TC Training Center
Kleinbahnstrasse 32
47906 Kempen
02152 - 510202
hallo@tc-kempen.de



| Montag 07.10.2024 | Dienstag 08.10.2024 | Mittwoch 09.10.2024 | Donnerstag 10.10.2024 | Freitag 11.10.2024 | Samstag 12.10.2024 | Sonntag 13.10.2024 |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------|--------------------|
| <p>18:00 - 19:00 Spinning</p> <p>19:15 - 20:15 Spinning</p> | <p>09:00 - 10:00 Spinning</p> | <p>18:30 - 19:30 Spinning</p> | <p>09:00 - 10:00 Spinning</p> <p>19:00 - 20:00 Spinning</p> | <p>18:00 - 19:00 Spinning</p> | | |

- Balance & Stretc...
- Entspannung
- Figur- & Muskelt...
- Herz- Kreislauf ...
- Kraftausdauer
- Les Mills Bodypu...
- Les Mills Bodyba...
- Les Mills CXWorx...
- Rehasport
- Rücken & Gelenke...

Stand: 12.10.2024