

Kursplan: Festsaal

20.09.2021 - 26.09.2021

Ausdauer Training in seiner reinsten Form

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



Montag 20.09.2021	Dienstag 21.09.2021	Mittwoch 22.09.2021	Donnerstag 23.09.2021	Freitag 24.09.2021	Samstag 25.09.2021	Sonntag 26.09.2021
<p>18:30 - 19:30 Spinning</p> <p>20:00 - 21:00 Spinning</p>	<p>09:00 - 10:00 Spinning</p>	<p>19:00 - 20:00 Spinning</p> <p>20:15 - 21:15 Spinning</p>	<p>19:30 - 20:30 Spinning</p>			<p>09:30 - 10:30 Spinning</p>

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

Stand: 24.09.2021