

Kursplan Übersicht 2019

	10.00	15.30-17	17-18.30	18.30-20
Montag	in form 18+	mixed 7 +	mixed 7+	bouldern Profis 12+
			17.15-18.15 Uhr Beach fitness18+	parkour 12+
				18.30-19.30 Uhr Rücken 18+
Dienstag		bouldern 7+	mixed 7+	Parkour 16 +
			Beach Volleyball 11+	19-20.30 Uhr Calisthenics II 18+
Mittwoch		bouldern 7+	bouldern 7+	bouldern Techniktraining 16 + Termine siehe Aushang
			Ninja Kids 9+	Ninja 16+
Donnerstag	in form 60+	bouldern 7+	bouldern 7+	Yoga 18+
			parkour 7+	parkour 12+
			17.15-18.15 Uhr Bodymove 18+	19-20.30 Anfänger Calisthenics I 18+

Die Preise der Kurse findet ihr auf der Homepage und auf den jeweiligen Aushängen.

Grau hinterlegte Kurse sind für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren.

Teilweise ist eine Anmeldung notwendig. Bei Fragen wendet Euch doch bitte an die Rezeption.

Happy schwitz und viel Spaß !