

Kursplan

20.08.2018 - 26.08.2018

Olymp-Vital
 Kölner Str. 49
 58509 Lüdenscheid
 02351 28701
 rueckenfitness@gmx.de



Montag 20.08.2018	Dienstag 21.08.2018	Mittwoch 22.08.2018	Donnerstag 23.08.2018	Freitag 24.08.2018	Samstag 25.08.2018	Sonntag 26.08.2018
<p>10:00 - 10:45 FASZIEN VITAL *NEU... Andreas Heinrich</p> <p>17:45 - 18:15 Effective Gruppenfi...</p> <p>18:45 - 19:30 BAUCH PARTY SPEZIAL... Andreas Heinrich</p>	<p>15:30 - 16:00 FASZIEN VITAL *NEU... Andreas Heinrich</p> <p>18:15 - 19:15 INDIAN BALANCE Aus... Andreas Heinrich</p>	<p>10:00 - 10:45 RÜCKEN VITAL Sanfte...</p> <p>15:30 - 16:00 FUNCTIONAL FITNESS Andy Heinrich</p> <p>17:45 - 18:15 Effective Gruppenfi... Corina</p> <p>18:15 - 18:45 RÜCKEN VITAL</p> <p>18:45 - 19:30 FASZIEN VITAL *NEU... Andreas Heinrich</p>	<p>15:30 - 16:15 FASZIEN VITAL *NEU...</p> <p>18:15 - 19:00 NACKEN RELAX Anti-S... Andreas Heinrich</p> <p>19:30 - 20:00 FASZIEN VITAL *NEU...</p>	<p>10:00 - 10:45 RÜCKEN VITAL Sanfte...</p> <p>15:30 - 16:15 TRX Functional Tra... Andy Heinrich</p> <p>18:15 - 19:15 INDIAN BALANCE Aus... Andreas Heinrich</p>	<p>11:00 - 11:45 FASZIEN VITAL *NEU... Andreas Heinrich</p>	

- Aktive Entspannu...
- Faszien & Bewegl...
- Functional Gym
- Kräftigung
- Physio Fitness
- Rücken & Gesundh...

Stand: 20.08.2018