

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Pilates

Marina Steffens
09:30 - 10:30 Uhr
Halle 3

Fit in den Morgen

Marina Steffens
09:00 - 10:00 Uhr
Halle 3

Nordic Walking

11:00 - 12:00 Uhr
Treffpunkt: Vor der Halle

Rückenfit

Petra Breuer
18:00 - 19:00 Uhr
Halle 1

Funktionelles Zirkeltraining

Pia Pedersen-S.
18:30 - 19:30 Uhr
Halle 1

Fitness-Yoga Lvl 1

Birgit Rahmen
18:00 - 19:00 Uhr
Halle 3

Pilates

Petra Schmitz
18:00 - 19:00 Uhr
Halle 3

Rückenfit

Nina Ulubay
18:00 - 19:00 Uhr
Halle 1

Fatburner

Petra Breuer
19:15 - 20:15 Uhr
Halle 1

Just Dance

Andrè Steffens
19:30 - 20:30 Uhr
Halle 3

Fitness-Yoga Lvl 2

Birgit Rahmen
19:15 - 20:15 Uhr
Halle 3

Jazz Dance

Petra Schmitz
19:15 - 20:15 Uhr
Halle 3

Piloxing

Petra Breuer
19:15 - 20:15 Uhr
Halle 1

Sportstätte:

Zum Werhahn 8
50169 Kerpen (Horrem)

Haben Sie Fragen?

0163 / 48 10 487