

KLUB DER SPORT FREUNDE

MONTAG

DIENTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

 06.15 - 07.30
Hypertrophie OK

 06.15-07.00
Intensiv Klub

 06.15-07.30
Modified
Strong(wo)man

 06.15-07.00
Intensiv Klub

 06.15 - 07.30
Hypertrophie UK

 10.00-11.00
Yoga

 12.15-13.00
Intensiv Klub

 12.15-13.15
Hypertrophie UK

 12.15-13.00
Intensiv Klub

 12.15-13.15
Hypertrophie OK

 12.15-13.00
Intensiv Klub

 10.00-11.15
Hypertrophie UK

 11.30-12.45
Strong(wo)man

 17.45-19.00
Hypertrophie OK

 17.30-18.15
Intensiv Klub

 17.45-19.00
Hypertrophie UK

 17.30-18.15
Intensiv Klub

 17.45-19.00
Hypertrophie OK

 11.15-12.15
Körper Werkstatt

 18.30-19.45
Modified
Strong(wo)man

 18.00-19.00
Olympisches
Gewichtheben (Anfänger)

 18.30-19.45
Modified
Strong(wo)man

 19.15-20.30
Hypertrophie UK

 19.00-20.00
Handstand
Training

 19.15-20.30
Hypertrophie OK

 20.00-21.00
Yoga

 19.15-20.30
Hypertrophie UK

 19.00-20.30
Olympisches
Gewichtheben (Advanced)