



2 0 2 0

DEZEMBER

FREIZEIT- & MANNSCHAFTSSPIELER LIVE FITNESSPROGRAMM

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

**FÜR MITGLIEDER
KOSTENLOS**

TERMINE

09.12.2020 MITTWOCH 18.00 - 19.00 |
GANZKÖRPER KRAFTTRAINING MIT MAXI GOLLER |
11 - 60 JAHRE | 5,00 €

16.12.2020 MITTWOCH 18.00 - 19.00 | STABILITÄTS - &
PRÄVENTIONSTRaining MIT MAXI GOLLER | 11 - 60 JAHRE
| 5,00 €

23.12.2020 MITTWOCH 18.00 - 19.00 |
BEWEGLICHKEITSTRaining MIT MAXI GOLLER | 11 - 60 JAHRE
| 5,00 €

30.12.2020 MITTWOCH 18.00 - 19.00 |
TABATA MIT MAXI GOLLER | 11 - 60 JAHRE
| 5,00 €



2 0 2 1

JANUAR

FREIZEIT- & MANNSCHAFTSSPIELER LIVE FITNESSPROGRAMM

S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

**FÜR MITGLIEDER
KOSTENLOS**

TERMINE

06.01.2020 | MITTWOCH 19.00 - 20.00 | GANZKÖRPER
KRAFTTRAINING MIT MAXI GOLLER | 11 - 60 JAHRE |
5,00 €

13.01.2021 MITTWOCH 19.00 - 20.00 | AUSDAUERORIENTIERTES
TRAINING MIT MAXI GOLLER | 11 - 60 JAHRE | 5,00 €

20.01.2021 MITTWOCH 19.00 - 20.00 |
KOORDINATIONSTRaining MIT MAXI GOLLER | 11 - 60 JAHRE |
5,00 €

27.01.2021 MITTWOCH 19.00 - 20.00 |
BEWEGLICHKEITSTRaining MAXI GOLLER | 11 - 60 JAHRE |
5,00 €