



2 0 2 0

DEZEMBER

TURNIER- & LEISTUNGSSPIELER 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 19.00 - 20.00 | KRAFTTRAINING FOKUS
UNTERKÖRPER MIT MAXI GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €

16.12.2020 MITTWOCH 19.00 - 20.00 | KRAFTTRAINING FOKUS
OBERKÖRPER MIT MAXI GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €

23.12.2020 MITTWOCH 19.00 - 20.00 | FASZIEN- UND
BEWEGLICHKEITSTRAINING MIT MAXI GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €

30.12.2020 MITTWOCH 19.00 - 20.00 | HIIT MIT MAXI
GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €



2 0 2 1

JANUAR

TURNIER- & LEISTUNGSSPIELER 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

06.01.2021 MITTWOCH 20.00 - 21.00 | KRAFTTRAINING FOKUS
UNTERKÖRPER MIT MAXI GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €

13.01.2021 MITTWOCH 20.00 - 21.00 | STABILITÄTS- &
PRÄVENTIONSTRAINING MIT MAXI GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €

20.01.2021 MITTWOCH 20.00 - 21.00 | KRAFTTRAINING FOKUS
OBERKÖRPER MIT MAXI GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €

27.01.2021 MITTWOCH 20.00 - 21.00 | FASZIEN- &
BEWEGLICHKEITSTRAINING MIT MAXI GOLLER | 15 - 35 JAHRE | 10,00 €