

ONLINEKURSPLAN 04.01. – 10.01.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

10:00 - 11:00
Gesund & Fit

10:00 - 11:00
Aerobic-Intro

10:30 - 11:30
Workout

17:45 - 18:45
Pilates

17:45 - 18:45
Rundum-
Rückenfit

18:00 - 19:00
Workout

17:45 - 18:45
Pilates-Workout

19:00 - 20:00
Fit-Mix

19:00 - 20:00
Yoga

19:00 - 20:00
Body-Styling

Wir freuen uns wenn Du dabei bist.

Dein sport-forum Team

**Login: <https://sport-forum-alsdorf.immunbooster-online.de/>
Exklusiv für unsere Mitglieder.**