

Workshops im Februar

Wochentag	Datum	Uhrzeit	Workshop
Donnerstag	08.02.2018	09:15	Fit für den Wintersport!
Freitag	09.02.2018	09:15	Flexx – Durch Dehnen zum schmerzfremen Körper
Montag	12.02.2018	18:30	Flexx – Durch Dehnen zum schmerzfremen Körper
Donnerstag	15.02.2018	20:00	Flexx – Durch Dehnen zum schmerzfremen Körper
Montag	19.02.2018	18:30	Fit für den Wintersport!
Dienstag	20.02.2018	20:00	Flexx – Durch Dehnen zum schmerzfremen Körper
Montag	26.02.2018	09:15	Flexx – Durch Dehnen zum schmerzfremen Körper
Montag	26.02.2018	20:00	Faszientraining

Auf der Kultfitfläche (Anmeldung erforderlich, mind. 3 Personen):

Faszientraining & Fit für den Wintersport! (max. 15)

Flexx – Durch Dehnen zum schmerzfremen Körper (max. 6 Teilnehmer)