

WOCHE 16.11.2020 – 22.11.2020

Mo

Di

Mi

Do

Fr

Sa

So

LIVE-KURSE

19:30 Uhr  
athletic  
MOVES  
mit  
Lena  
  
(45min)

18:30 Uhr  
Rückenfit  
mit  
Jana-Leona  
  
(40min)

10:30 Uhr  
Good  
Morning  
Workout  
mit  
Jana-Leona  
  
(40min)

17:00 Uhr  
Full Body  
Xpress  
Workout  
mit  
Lena  
  
(30min)

17:30 Uhr  
Tabata  
Sequences  
mit  
Lena  
  
(45min)

10:30 Uhr  
Battle of Hell  
mit  
Jana-Leona  
+  
Lena  
  
(45min)

Sportstudio  
*Highlight*