



Kursprogramm

Wir präsentieren Euch unser Outdoor-Kursprogramm bei Fitness am Fluss

Montags:

15:00 – 15:45 Uhr Kinderyoga – 6 Wochenkurs mit Nadine

17:00 – 18:00 Uhr Hatha Yoga Outdoor mit Nadine

Dienstag:

17:30 – 18:20 Uhr Functional Training* - Outdoor mit Katja

18:30 – 19:00 Uhr Mobility & Stretch Outdoor mit Katja

19:00 – 20:00 Uhr RückenPOWER Outdoor mit Jessica

Mittwoch:

08:30 – 09:20 Uhr Morning Workout Outdoor mit Katja

18:00 – 19:00 Uhr Outdoor Workout mit Siggi

Freitag:

09:00 – 10:00 Uhr Walking & Workout – Outdoor mit Siggi

Die Outdoorkurse sind aufgrund der aktuellen Beschränkungen begrenzt und eine Anmeldung über unser Anmeldeportal ist zwingend notwendig.

Den Link dazu findet ihr auf unserer Homepage www.preetzer-tsv.de.

(Stand 18. Mai 2021)