

Übersicht INDOOR Kleingruppen Personal Trainings & OUTDOOR-Kurse

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



08:00 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
Fit in den Morgen
Maria · Gerlingen

08:00 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
INDOOR
Vika · Gerlingen

09:00 - 60 Min
Lady Body Style

Vika · Gerlingen

10:00 - 60 Min
Yogalates

Balance Movement
Vika · Gerlingen



14:00 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
Focus Beckenboden
Maria · Gerlingen

15:00 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
Focus Knie & Hüfte
Maria · Gerlingen

16:00 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
Focus Rücken & Schulter
Maria · Gerlingen

16:00 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
Fit ins Wochenende
Maria · Gerlingen



17:00 - 60 Min
Hula-Hoop
Simone & Astrid
Gerlingen

18:30 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
OUTDOOR
Niko & León · Ditzingen

18:00 - 60 Min
Power Dumbell
Astrid · Gerlingen

18:30 - 60 Min
Ganzkörperkräftigung
OUTDOOR
Niko & León · Ditzingen

18:30 - 60 Min
Boxtraining
Raffaele & Johannes
Gerlingen

19:00 - 60 Min
Hula-Hoop
Simone & Astrid
Gerlingen

20:00 - 60 Min
Boxtraining
Raffaele & Johannes
Gerlingen

Ganzkörperkräftigung OUTDOOR
(mit Krankenkassenzahlung nach §20 SGB)

Ganzkörperkräftigung INDOOR
(mit Krankenkassenzahlung nach §20 SGB)

INDOOR Kleingruppen PTs
(ohne Krankenkassenzahlung)

Die jeweils gebuchte Auswahl kann nicht mit der anderen Kartengruppe kombiniert werden. Die Karten können jedoch innerhalb der Farbgruppe in allen Kursen eingesetzt werden.

Bezüglich den Krankenkassenzertifizierten Kleingruppen Personal Trainings verlangt der Gesetzgeber sowie die Krankenkassen eine separate Gruppierung. Wenn Sie den Kosten bei Ihrer Krankenkasse einreichen möchten, müssen Sie einen 10er Block buchen!

* Änderungen vorbehalten bzgl. Krankheit oder Urlaub