

EIFEL VITAL PRÄSENTIERT:



Mach mit - halt dich fit

kostenlos



**MITTWOCHS 18:30 - 19:30 UHR
AM FREILINGER SEE**

02.08.2023	Bodymove
09.08.2023	Ganzkörpertraining
16.08.2023	Moving Yoga
23.08.2023	Yoga
30.08.2023	Bodymove
06.09.2023	Ganzkörpertraining
13.09.2023	Moving Yoga
20.09.2023	Intervall-Workout
27.09.2023	Bodymove

Bitte Sportkleidung und Turnmatte mitbringen.

**DONNERSTAGS 19:00 - 20:00 UHR
WEIHERANLAGE BLANKENHEIM**

03.08.2023	Tabata
10.08.2023	Tabata
17.08.2023	Tabata
24.08.2023	Tabata
31.08.2023	Bodymove
07.09.2023	Tabata
14.09.2023	Tabata
21.09.2023	Tabata
28.09.2023	Tabata

Bitte Sportkleidung und Turnmatte mitbringen.

**MONTAGS 19:00 - 20:00 UHR
WEIHERANLAGE BLANKENHEIM**

07.08.2023	Zirkeltraining
14.08.2023	Zirkeltraining
21.08.2023	Zirkeltraining
28.08.2023	Zirkeltraining
04.09.2023	Ganzkörpertraining
11.09.2023	Zirkeltraining
18.09.2023	Zirkeltraining
25.09.2023	Zirkeltraining

Bitte Sportkleidung und Turnmatte mitbringen.