



SPORTATELIER WALDAU
OUTDOOR & INDOOR
 BY SUSANNE DIEDENHOFEN

KURSPLAN

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
MORGEN				PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE	YOGILATES 9:30 - 10:30 SUSANNE	YOGA 9:30 - 10:30 LOU/NADJA
VORMITTAG	PILATES 10:45 - 11:45 SUSANNE	BEST AGER 10:45 - 11:45 SUSANNE		PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE	FIT-MIX 10:45 - 11:45 RICI	VARIATIONS TRAINING Waldau-Workout oder Alternative (je nach Wetterlage) 10:45 - 11:45 SUSANNE
VORMITTAG				PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE		
ABEND	4XF FITCAMP 18:00 - 19:00 SUSANNE		AEROBIC LATIN DANCE 18:00 - 19:00 MILADYS	PILATES 18:00 - 19:00 SUSANNE	4XF FITCAMP 18:00 - 19:00 SUSANNE	
ABEND	YOGA 19:15 - 20:45 LOU / NADJA	AROHA 19:15 - 20:15 SUSANNE		QIGONG 19:15 - 20:15 MARTIN		