



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	GOOD-MORNING 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	PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE	
NACHMITTAG	STRETCHING & MOBILITY 17:15 - 17:45 SUSANNE			PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE		
ABEND	4XF FITCAMP 18:00 - 19:00 SUSANNE	FIT-MIX 18:00 - 19:00 CLAUDIA	RÜCKENFIT 18:00 - 19:00 SUSANNE	TABATA 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	BOX AEROBIC MEETS BAUCH 19:15 - 20:15 REGINA	FLOW YOGA 19:15 - 20:15 KATJA		