



SPORTATELIER WALDAU
OUTDOOR & INDOOR
 BY SUSANNE DIEDENHOFEN

KURSPLAN

MORGEN			GOOD MORNING FIT-MIX 9:30-10:30 SUSANNE	PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE	YOGILATES 9:30-10:30 SUSANNE	GOOD- MORNING YOGA 9:30-10:30 SUSANNE / KATJA
VORMITTAG	PILATES 10:45-11:45 SUSANNE			PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE	PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE	
NACHMITTAG	STRETCHING & MOBILITY 17:15-17:45 SUSANNE		BECKEN- BODEN- GYMNASTIK 16:45-17:45 JULIA	PERSONAL TRAINING auf Anfrage SUSANNE		
ABEND	4XF FITCAMP 18:00-19:00 SUSANNE	PILATES 18:00-19:00 SUSANNE	RÜCKENFIT 18:00-19:00 SUSANNE	YOGA MEETS BODY, MIND&SOUL 18:00-19:30 SUSANNE	4XF FITCAMP 18:00-19:00 SUSANNE / JULIA	
ABEND	YOGA 19:15-20:45 NADJA / ANGELIQUE	TABATA 19:15 - 20:15 JULIA	YIN YOGA 19:15-20:15 SUSANNE			