


















Kursplan

Aktuelle Änderungen findet Ihr auch auf unserer Facebook-Seite

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>Bauch und Rücken 09:00 bis 09:45 Uhr</p>  <p>Mit Alberto oder Daria</p>			<p>Fit & Aktiv 09:30 bis 10:30 Uhr</p>  <p>Mit Tanja</p>	
<p>Fit for Kids 15:00 bis 16:00 Uhr</p>  <p>Mit Alberto oder Daria</p>			<p>Fit for Kids 15:00 bis 16:00 Uhr</p>  <p>Mit Alberto oder Daria</p>	
<p>Damen Fitness-Kickboxen 18:30 bis 19:30 Uhr</p>  <p>Mit Ricardo</p>	<p>Sixpack 18:00 bis 18:30 Uhr</p>  <p>Mit Daria</p>		<p>Bauch und Rücken 18:00 bis 18:45 Uhr</p>  <p>Mit Alberto oder Daria</p>	
<p>Zumba 19:30 bis 20:30 Uhr</p>  <p>Mit Thomas</p>	<p>Jeet Kune Do (Anfänger und Fortgeschrittene) 18:30 bis 19:30 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>	<p>Mixed Martial Arts (Technik) 19:00 bis 20:00 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>	<p>Realistische Selbstverteidigung 19:00 bis 20:00 Uhr</p>  <p>Mit Darek</p>	<p>Power Aua (Hour) (Konditions- und Zirkeltraining) 19:00 bis 20:00 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>
<p>Mixed Martial Arts (Mixed Training) 20:30 bis 21:30 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>	<p>Jeet Kune Do (Fortgeschrittene) 19:30 bis 20:00 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>	<p>Mixed Martial Arts (Sparring und Grappling) 20:00 bis 21:00 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>	<p>Jeet Kune Do (Anfänger und Fortgeschrittene) 20:00 bis 21:00 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>	<p>Fighter Fitness (Pratzen- und Fitness-training) 20:00 bis 21:00 Uhr</p>  <p>Mit Timo</p>

Dein Fitnessprofi
Am Güterbahnhof 7
21680 Stade

Telefon: 04141 - 420 72 50
E-Mail: info@dein-fitnessprofi.de