

# Unsere Kurse

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
<b>09</b>				Faszien ausrollen
<b>10</b>	Faszien ausrollen			Schulter, Rücken, Nacken ab 10.30 Uhr
<b>11</b>				
<b>12</b>			BBP ab 12.30	
<b>13</b>	Power			
<b>14</b>				
<b>15</b>				
<b>16</b>		Funktionell es Training ab 16.30 Uhr		
<b>17</b>		Schulter, Rücken, Nacken		
<b>18</b>	BBP bis 18.30		Fitnessmix bis 18.45	BBP
<b>19</b>	Power			