



KOLIBRI Gruppenkurse

KURSPLAN gültig ab 20.09.2021

MONTAG

16:00 Uhr AUFRICTUNG
17:30 Uhr STARKUNG
19:00 Uhr MEHR KRAFT

DIENSTAG

8:00 Uhr VERMOGEN
10:00 Uhr WAHRNEHMUNG

MITTWOCH

8:30 Uhr ENERGIE
17:30 Uhr DYNAMIK

DONNERSTAG

10:00 Uhr STABILISATION
16:00 Uhr ENTWICKLUNG
17:30 Uhr BALANCE
19:00 Uhr MEHR KRAFT

FREITAG

8:00 Uhr DYNAMIK

Intelligente Bewegung.