

Kursplan TAF:

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8.00 - 8.45 Uhr Wirbelsäulen- gymnastik		10.00 - 10.45 Uhr RückenFit				10.30 - 11.30 Uhr FitMIX
10.00 - 10.45 Uhr RückenFit		11.00 - 11.45 Uhr Wirbelsäulen- gymnastik				
12.10 - 12.50 Uhr FitMIX		12.10 - 12.50 Uhr FitMIX				
16.15 - 17.00 Uhr FitMIX		16.15 - 16.45 Uhr Coretraining	16.15 - 17.00 Uhr Bauch Beine Po			
17.15 - 18.00 Uhr Wirbelsäulen- gymnastik	17.30 - 18.30 Uhr Yoga	17.00 - 17.45 Uhr FitMIX	17.15 - 18.00 Uhr Wirbelsäulen- gymnastik			

Öffnungszeiten: Montag - Freitag: 06.00 Uhr - 21.00 Uhr

Telefon: 07431 936 253 00

E-Mail: info@gb-taf.de

Samstag - Sonntag: 10.00 Uhr - 16.00 Uhr

Homepage: www.gb-taf.de