

GROUP FITNESS

MONTAG

Kids&Core
Anna W.
15:00
Tennisfreunde

Balance Swing
Annette
18:15
ASV-Gymnastikraum

Jumping
Meli
19:30
ASV-Gymnastikraum

Jumping
Meli
20:15
ASV-Gymnastikraum

DIENSTAG

Indoor Cycling
Moni L.
17:30
ASV-Gymnastikraum

Indoor Cycling
Moni L.
18:30
ASV-Gymnastikraum

Outdoor Tabata
Jürgen
19:00
Outdoor

Peak-Body-Workout
Venda
19:30
ASV-Gymnastikraum

Zumba
Elske
19:30
Steinstraße

MITTWOCH

Fitness-Boxen
Jürgen
19:00
Boxempore

Tabilates
Claudia
20:00
Tennisfreunde

Total Body Workout
Edith
20:00
ASV-Gymnastikraum

DONNERSTAG

Smovey Workout
Linda
10:00
Stadtwald (Treff:
Stadion)

Balance-Swing
Venda
17:45
ASV-Gymnastikraum

Jumping
Venda
20:00
Mehrzweckhalle

FREITAG

Smovey Workout
Linda
08:00
Stadtwald (Treff:
Stadion)

Rückenfitness
Moni P.
19:30
ASV-Gymnastikraum

Anmeldung unter:
fit@asv-dachau.de