



## Train @Home – Workout-Wochenplan



Montag 12.04.2021

Shaolin Wirbelsäule  
19:00 Uhr – 19:30 Uhr

Faszination Faszien  
19:30 Uhr – 20:15 Uhr

Indian Balance Morning Star Flow  
20:15 Uhr - 20:45 Uhr



Donnerstag 14.04.2021

Indian Balance Faszien Spezial  
18:30 Uhr – 19:15 Uhr

**Bitte plane deine sportliche Woche so bald wie möglich.**

**Anmeldung ist bis zu 1 Tag vor dem Kurs möglich.**

**Alle Kurse finden erst ab 4 Teilnehmer statt.**

