



Kursplan KW 40

Montag 28.09.2026	Mittwoch 30.09.2026	Donnerstag 01.10.2026
Power Kurs mit Gaby 19:00 Uhr	Bewegung im liegen 18:00 Uhr	Bewegung & Kräftigung 18:00 Uhr
		Tabata 19:00 Uhr