

Feel Your Fitness 5.0

Halle 1/2

Halle 4/5

Halle 6

Halle 7

Halle 9

Indoor Cycling

ab
9:00

FUNmotion

mit Dagmar & Katrin

Gemeinsam wollen wir Euch und Euren Körper mit Aerobic und einfachen Tanz Moves in Schwung bringen und auf die bevorstehenden Stunden einstimmen.
FUNmotion ist ein dynamisches Fitnesstraining, in dem das Augenmerk auf die Ausdauer, die Koordination und auf den Spaß an der Bewegung gerichtet ist!

9:30
–
10:00

Hallenwechsel