KW 13 28.-30.03.2022

Mo:
18:30 60min
Ausdauer/Kraft und Entspannung
Di:
19:00 60min
Kräftigung und Dehnung
Mi: 18:30 60min
Bergtag
u. Sportende für diesen Monat
Mix und Relax

Viel Spaß und frohes Schwitzen dabei. 🏋️🤸🧘
Eure Inke🙂🙃😅