


100% WOCHENPLAN

Mehr Informationen und Kursbuchung auf www.100prozent-fitness.de.

UHR	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG			
09:00	GESCHLOSSEN				GESCHLOSSEN		GESCHLOSSEN			
10:00				WL			WOD	WL	WL Beginner	WL
11:00									WOD	
12:00	GESCHLOSSEN						Mobility			
13:00										
14:00										
15:00						<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  CROSSFIT PROBETRAINING Jeden 2. & 4. Samstag im Monat von 12:00 - 14:00 Uhr </div>				
16:00										
17:00	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD					
18:00	WOD	WOD	WL	WL Beginner	WL			WOD		
19:00	Gymnastics	WOD		WOD	WOD			WOD		
20:00	WOD	WOD		Mobility				WOD		
21:00										
22:00										

Weightlifting
 CrossFit
 Gymnastics
 Mobility
 Open Gym