



sportspaß

WEIHNACHTEN WIRD SPORTLICH!

26.12.2025

CENTER ALTONA

KURS	TRAINER*IN	GYM	UHRZEIT
Complete Body Workout	Olga F.	2	10:00
Rücken Balance	Taruna S.	1	10:15
Beckenboden	Olga F.	2	11:00
Hatha Yoga 2	Taruna S.	1	11:15
Holy Crunch	Nelly S.	2	12:00
Gewichteln (Kraftfit)	Tanja N./Marcus K.	2	13:00
Cardio Power	Tanja N./Marcus K.	2	14:00
Rücken Power	Tatjana K.	1	16:30
Pilates	Tatjana K.	1	17:30
Kraftfit	Kathi K.	2	18:00