

Kursplan: FT - Club

16.07.2018 - 22.07.2018

Home of Balance
Messestraße 1
6850 Dornbirn



+43 5572 3 888 60
rezeption@homeofbalance.at

| Montag 16.07.2018 | Dienstag 17.07.2018 | Mittwoch 18.07.2018 | Donnerstag 19.07.2018 | Freitag 20.07.2018 | Samstag 21.07.2018 | Sonntag 22.07.2018 |
|---|--|--|---|--|----------------------------------|----------------------------------|
| <p>08:00 - 09:00 FT Movement</p> <p>18:30 - 19:30 FT Burn</p> | <p>09:00 - 10:00 FT Burn</p> <p>14:00 - 15:00 FT Mobility</p> <p>18:30 - 19:30 FT Mobility</p> | <p>06:15 - 07:15 FT Mobility</p> <p>09:00 - 10:00 FT Mobility</p> <p>18:30 - 19:30 FT Strength</p> | <p>09:00 - 10:00 FT Strength</p> <p>18:30 - 19:30 FT Burn</p> | <p>06:15 - 07:15 FT Movement</p> <p>09:00 - 10:00 FT Burn</p> <p>18:30 - 19:30 FT Movement</p> | <p>10:00 - 11:00 FT Burn</p> | <p>10:00 - 11:00 FT Burn</p> |

- Ausdauer
- FT Strength
- Rücken
- FT Burn
- Kräftigung, Form...
- Tanz und Choreog...
- FT Mobility
- Körper und Geist...
- FT Movement
- Pool

Stand: 19.07.2018