



Düsseldorf

Stand: 06/2022

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17:00					
17:30	Power Fit				
18:00			Body Fit		
18:30					Walking
19:00			Body Fit	Gymnastik mit Kleingeräten	
19:30				Tischtennis	
20:00		Herz-Kreislauftraining			
20:30			Multiball		