

AVATA

Kursplan Sportprogramme

Avata Kraft: Montag 08.30-09.30 Uhr
19.30-20.30 Uhr

Dienstag 08.30-09.30 Uhr

Donnerstag 18.15-19.15 Uhr

Freitag 08.30-09.30 Uhr

Avata Beweglichkeit: Dienstag 19.30-20.30 Uhr

Donnerstag 19.30-20.30 Uhr

Avata TRX: Montag 18.15-19.15 Uhr

Dienstag 18.15-19.15 Uhr

| Tag | 08.30-09.30 | 18.15-19.15 | 19.30-20.30 |
|-------------------|-------------|-------------|---------------|
| Montag | Kraft | TRX | Kraft |
| Dienstag | Kraft | TRX | Beweglichkeit |
| Mittwoch | | | |
| Donnerstag | | Kraft | Beweglichkeit |
| Freitag | Kraft | | |