

BELEGUNGSPLAN → SAMSTAG

→ GYM EULERSWEG

9.00 – 10.00 Uhr Rückenfit
10.00 – 11.00 Uhr Tai Bo
11.00 – 12.00 Uhr Langhanteltraining
12.00 – 13.00 Uhr Fat Attack
18.00 – 19.00 Uhr Salsa (Einsteiger)
19.00 – 20.00 Uhr Salsa (Fortgeschrittene I)
19.00 – 20.00 Uhr Salsa (Fortgeschrittene II)

→ BUDOHALLE EULERSWEG

9.00 – 10.30 Uhr JU-JUTSU Allkampf-Training
10.45 – 11.30 Uhr TRX® Classic
11.45 – 12.45 Uhr Reha Rücken

→ PTSV GYM SONNENWEG

9.30 – 11.00 Uhr Flow Yoga

Trainingsorte

Gym – PTSV Aachen, Eulersweg 15, 52070 Aachen

Budohalle – PTSV Aachen, Eulersweg 15, 52070 Aachen
(Training nur barfuß möglich!)

PTSV Gym Sonnenweg – Sonnenweg 17a, 52070 Aachen

*Kyudo Dojo – PTSV Aachen, Eulersweg 15, 52070 Aachen
Outdoor-Angebot, Treffpunkt Eulersweg

● Gesundheit

● Outdoor

● Kids

● Fitness

● Budo Erwachsene

● Modul

● Offenes Angebot

⊗ Kinderbetreuung nach
Anmeldung möglich