

BELEGUNGSPLAN → MITTWOCH

→ **KURSHALLE EULERSWEG**

→ **BUDOHALLE EULERSWEG**

→ **KURSRAUM SONNENWEG**

8.30 – 9.30 Uhr Rückenfit	9.30 – 10.15 Uhr TRX® Classic	17.00 – 18.00 Uhr Reha Krebsnachsorge
9.30 – 10.30 Uhr Rückenfit	10.30 – 11.30 Uhr Body Stability	18.00 – 19.00 Uhr Reha Rücken
15.15 – 16.15 Uhr Eltern & Kind Turnen (1 – 3 Jahre)	17.00 – 18.00 Uhr Physio-Workout	19.00 – 20.00 Uhr Reha Rücken
16.30 – 17.30 Uhr BBP PAUSIERT	16.30 – 18.00 Uhr Power Yoga*	
17.30 – 18.30 Uhr Tai Bo	18.15 – 19.45 Uhr JU-JUTSU Jugendliche	
18.30 – 19.30 Uhr Zumba	20.00 – 21.30 Uhr JU-JUTSU Erwachsene	
19.30 – 21.00 Uhr Fatburner		

- Gesundheit
- Budo Erwachsene
- Outdoor
- Inklusives Angebot
- Kids
- Offenes Angebot
- Fitness

Trainingsorte

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

Kursraum Sonnenweg – Sonnenweg 17a, 52070 Aachen

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