



MOVEMENT
FITNESS & WELLNESS CLUB

FEIERTAGSPROGRAMM

Samstag, d. 03.10.2026

Tag der deutschen Einheit

**Öffnungszeiten:
8 – 20 Uhr**

10:00 Uhr Jumping FUSION

intensives Ganzkörpertraining auf dem Minitrampolin, das klassisches Jumping Fitness mit gezielten Kräftigungsübungen und High-Intensity-Intervall-Training (HIIT) verbindet

45 Minuten mit Venda
Kursraum 3.OG

11:00 Uhr Jumping Fitness

45 Minuten mit Venda
Kursraum 3.OG

(Keine Full Body / Sixpack Workout)

