

Kursplan Outdoor-Training

UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
9 Uhr	Kurs 1 I				8:30 Uhr Kurs 7 I
11 Uhr		Kurs 3 II			
15:30 Uhr	Kurs 2 II				
17:30 Uhr		Kurs 4 III			
18:30 Uhr					
19:00 Uhr			Kurs 5 II	Kurs 6 III	Kurs 8 III

Kursdauer: 45-50 Minuten

Bitte ein Handtuch mitbringen

Intensität I: Gering II: Mittel III: Hoch