

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 16.00 - 22.00 Uhr / Dienstag und Donnerstag 7.30 - 9.00 Uhr.
Samstag 10.00 - 16.00 Uhr. An den gesetzlichen Feiertagen haben wir geschlossen.

Kostenloses Probetraining ist bei allen Core Circle jederzeit und ohne Voranmeldung möglich. Sei dabei - wir freuen uns auf deinen Besuch (Anfängern empfehlen wir bei einem Kurs mit niedriger Intensität - ein Balken - einzusteigen).

Dr. Core Ganghoferstraße 70a 80339 München Tel. +49 (0)179 215 61 53 E-Mail: info@dr-core.com

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
07.00						10.00
07.30						10.30
08.00		Entspannung & Dehnen		Entspannung & Dehnen		11.00
08.30						11.30
09.00						12.00
16.00						12.30
16.30						13.00
17.00	Ski & Board Training	Ski & Board Training	Ski & Board Training	Ski & Board Training	Ski & Board Training	13.30
17.30						14.00
18.00						14.30
18.30						15.00
19.00	Technik-training	Entspannung & Dehnen	Technik-training	Entspannung & Dehnen	Technik-training	15.30
19.30	Ski & Board Training	Ski & Board Training	Ski & Board Training	Ski & Board Training	Ski & Board Training	
20.00						
20.30						
21.00						
21.30						

Legende

Kraft- und Konditionszirkel

Kurse und Workshops

hohe Intensität
 reguläre Intensität
 niedrige Intensität

Technik-training Verbessere deine Technik Gewichtheben, Kettlebell, ...

Ski & Board Training Optimal vorbereitet für den Ski- und Board Sport

Entspannung & Dehnen Verbessere deine Dehnfähigkeit