

get stronger! Week

PROGRAMM

07.09.-13.09.2024 Aldiana Club Fuerteventura

Samstag den 07.09. geht es los. Die große Präsentation der Sportler um 21h30 auf der Poolbühne, sei dabei und erfahre alles über die Trainer und Ihre unterschiedlichen Kurse

ZEIT	SONNTAG, 08.09.	MONTAG, 09.09.	DIENSTAG, 10.09.	MITTWOCH, 11.09.	DONNERSTAG, 12.09.	FREITAG, 13.09.
08:00 Uhr			Morning Run Anna Hahner	Morning Run Anna Hahner	Morning Run Anna Hahner	Morning Run Anna Hahner
8:30 Uhr	Hatha Yoga Ania Tippkemper	Morning Stretch Ania Tippkemper	Vinyasa Flow Yoga Ania Tippkemper	Mobility Yoga Flow Ania Tippkemper		Best of Yoga Ania Tippkemper
9:30 Uhr			Cycling Denise Schindler	Cycling Denise Schindler	Cycling Denise Schindler	Cycling Denise Schindler
10:00 Uhr	Power Workout Pati Daros	Power Workout Pati Daros		Power Workout Pati Daros	Power Workout Pati Daros	Power Workout Pati Daros
10:15 Uhr	Tennistreff Karsten Braasch & Nicola Geuer	Tennistreff Karsten Braasch & Nicola Geuer	Tennistreff Karsten Braasch & Nicola Geuer	Tennistreff Karsten Braasch & Nicola Geuer	Tennistreff Karsten Braasch & Nicola Geuer	
10:30 Uhr	Beachvolleyball Daniel Stephan	Beachvolleyball Daniel Stephan		Beachvolleyball Daniel Stephan	Beachvolleyball Daniel Stephan	Beachvolleyball Daniel Stephan
11:15	Fechten Monika Sozanska Treff 11h00	Fechten Monika Sozanska Treff 11h00		Fechten Monika Sozanska Treff 11h00	Fechten Monika Sozanska Treff 11h00	Fechten Monika Sozanska Treff 11h00
12:00 Uhr	Interview mit Sportlern	Pool Aktion Daniel Stephan	Interview Detlef D! Soost	Fußball Aktion Patrick Owomoyela & Hans Sarpei		Abschluss-Aktion
15:00 Uhr		Tanz dich fit Detlef D! Soost	Tanz dich fit Detlef D! Soost	Tanz dich fit Detlef D! Soost	Tanz dich fit Detlef D! Soost	
16:30 Uhr	Fußball Patrick Owomoyela & Hans Sarpei	Fußball Patrick Owomoyela & Hans Sarpei	Fußball Patrick Owomoyela & Hans Sarpei	Fußball Patrick Owomoyela & Hans Sarpei	Fußball Turnier Patrick Owomoyela & Hans Sarpei	
18:00 Uhr	Tanzkurs Joachim Llambi	Tanzkurs Joachim Llambi	Tanzkurs Malika & Zsolt	Tanzkurs Malika & Zsolt	Tanzkurs Malika & Zsolt	Tanzkurs Malika & Zsolt (17h45)