

maxxF

**Made of Steel - Gerätezirkel
Körperwerkstatt
Karate-Aerobic**

Saison 21/22

Der Fitness-Freitag im KaKenko - Saison 2021/22

August 2020

- 6. Aug. -
- 13. Aug. -
- 20. Aug. *Sommerpause*
- 27. Aug. *Sommerpause*

Dezember

- 3. Dez. Karate Aerobic
- 10. Dez. maxxF
- 17. Dez. Made of Steel
- 24. Dez. *Heiligabend*
- 31. Dez. *Winterpause*

April

- 1. Apr. Karate Aerobic
- 8. Apr. maxxF
- 15. Apr. *Karfreitag*
- 22. Apr. Made of Steel
- 29. Apr. maxxF

September

- 3. Sep. maxxF
- 10. Sep. Körperwerkstatt 1
- 17. Sep. maxxF
- 24. Sep. Karate Aerobic

Januar 2022

- 7. Jan. *Winterpause*
- 14. Jan. maxxF
- 21. Jan. Körperwerkstatt 3
- 28. Jan. maxxF

Mai

- 6. Mai. Karate Aerobic
- 13. Mai. maxxF
- 20. Mai. Körperwerkstatt 5
- 27. Mai. maxxF

Oktober

- 1. Okt. maxxF
- 8. Okt. Made of Steel
- 15. Okt. maxxF
- 22. Okt. Karate Aerobic
- 29. Okt. maxxF

Februar

- 4. Feb. Karate Aerobic
- 11. Feb. maxxF
- 18. Feb. Made of Steel
- 25. Feb. maxxF

Juni

- 3. Jun. Made of Steel
- 10. Jun. maxxF
- 17. Jun. Karate Aerobic
- 24. Jun. maxxF

November

- 5. Nov. Körperwerkstatt 2
- 12. Nov. maxxF
- 19. Nov. Karate Aerobic
- 26. Nov. maxxF

März

- 4. Mrz. Karate Aerobic
- 11. Mrz. maxxF
- 18. Mrz. Körperwerkstatt 4
- 25. Mrz. maxxF

Juli

- 1. Jul. Körperwerkstatt 6
- 8. Jul. maxxF
- 15. Jul. Karate Aerobic
- 22. Jul. maxxF
- 29. Jul. Karate Aerobic

* am Buß- und Betttag haben wir geöffnet

Wir wünschen viel Spaß beim Training!

KaKenko
Karate- und Gesundheitszentrum Hersbruck