

Sportmedizinisches Trainingszentrum Kämmerling

Friedhofstr. 16
 Bergische Straße 19
 58239 Schwerte
 Telefon: 02304 . 241 00 0
www.fitnesscenter-kaemmerling.de

Öffnungszeiten:

Montag 8.30 - 22.00 Uhr
 Dienstag 8.30 - 22.00 Uhr
 Mittwoch 8.30 - 22.00 Uhr
 Donnerstag 15.00 - 22.00 Uhr
 Freitag 8.30 - 22.00 Uhr
 Samstag 12.00 - 18.00 Uhr
 Sonn- u. Feiertag 9.00 - 14.00 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9.30 - 10.25 Langhantel Workout		9.30 - 10.25 Bodystyling		9.30 - 10.25 Bodystyling	
10.30 - 11.15 Pilates/Rücken		10.30 - 11.00 Rückenfitness		10.30 - 11.15 Rückenfitness	13.30 - 15.00 Bodystyling
	17.00 - 18.00 Fitness-Boxen	17.00 - 17.55 Rückenfitness	15.30 - 16.30 Well Fit		
18.00 - 18.55 Langhantel Workout	18.00 - 18.55 Fitness-Boxen	18.00 - 18.55 Bodystyling		18.00 - 18.55 Rückenfitness	Sonntag
19.00 - 19.55 Step	19.00 - 19.45 Core Performance		19.00 - 19.45 Core Performance	19.00 - 20.00 Pilates	10.30 - 11.55 Fatburner Mix
20.00 - 20.55 Yoga	20.00 - 20.55 Pilates				