

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 - 11.10 Pilates/Rücken		10.30 - 11.00 Rückenfitness		10.30 - 11.10 Rückenfitness	13.30 - 15.00 Bodystyling
		17.00 - 17.55 Rückenfitness			
18.00 - 18.55 Langhantel Workout	18.00 - 18.55 Latino Power	18.00 - 18.55 Bodystyling		18.00 - 18.55 Rückenfitness	Sonntag
19.00 - 19.55 Step	19.00 - 19.55 Body & Mind	19.00 - 19.55 Pilates	18.30 - 19.20 Core Performance		10.30 - 12.00 Fatburner Mix
20.00 - 20.55 Yoga	20.00 - 20.55 Cor Performance				