

Flächenkurse

- Deine Daily Dates -

Du brauchst Motivation, neue Übungen oder einfach nur geniale Workouts!? – Komm' in unser Kleingruppentraining. Ohne Anmeldung, Format aussuchen und mitmachen. Weitere Info's beim Trainer.

We love to fit you

MO
Montag

18:00 - 19:00
Hyrox Prep

DI
Dienstag

18:00 - 18:30
Push your Limits

18:30 - 18:50
Core Games

MI
Mittwoch

18:00 - 19:00
Functional Fun

DO
Donnerstag

18:00 - 19:00
Athletic Circuit

CLUB DURLACH

Functional Fun

Lass dich überraschen! In diesem Kurs erlebst Du abwechslungsreiche Übungen und viele Elemente die du aus anderen Kursen kennst.

Athletic Circuit

Steigere deine Grundlagenausdauer und verbessere dein Herz-Kreislaufsystem durch hochintensives Kraft- und Ausdauertraining.

Core Games

Stelle deinen „Core“ mit abwechslungsreichen Kräftigungsübungen für Rumpf und Bauch auf die Probe!

Functional Training "Hyrox Prep"

Mach Dich fit für Deinen Wettkampf. Kraft, Ausdauer und jede Menge Fun in wechselnden Formaten.

Push Your Limits

Gehe an Deine Grenzen! Wechselnde Kräftigungsübungen gepaart mit intensiven Ausdauer Intervallen bringen Dich ordentlich ins Schwitzen.

Auf der Veranstaltung werden Film- und Tonaufnahmen sowie Fotos gemacht, mit deren auch späteren Verwendung Sie sich durch den Besuch der Veranstaltung einverstanden erklären.

we ♥ to fit you

Gültig ab 15.08.2025