

90-Tage-Challenge 2018 | Köln

Vorläufige Terminübersicht

1. Termin: Kennenlernveranstaltung

Erklärung Einstiegswoche
Vorstellung der Teilnehmer
Gemeinsames Bowlen

(05.01.2018 17:00 Uhr)

Bowling Arena Spich
Heinkelstraße 1
53844 Troisdorf

2. Termin: Start-up-Termin & offenes Training

Check-up, Profilfotos

(07.01.2018 ab 10:00 Uhr)

Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

(Im Anschluss an den Check-up geht jede Gruppe in das offene Training)

3. Termin: Ernährungskoaching & offenes Training

(14.01.2018 ab 10:00 Uhr)

Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

4. Termin: Check-up Nr. 1 & offenes Training

(21.01.2018 ab 10:00 Uhr)

Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

5. Termin: Check-up Nr. 2 & Motivationsworkshop

(04.02.2018 ab 10:00 Uhr)

Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

6. Termin: Trainingsworkshop in Zweiergruppen

(11.02.2018 ab 10:00 Uhr)

Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

7. Termin: Check-up Nr. 3 & Zwischenshooting

Check-up, Profilfotos

(25.02.2018 ab 10:00 Uhr)

Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

8. Termin: Outdoor Training

(11.03.2018 10:00 Uhr)
Rheinpark Köln-Deutz

9. Termin: Check-up Nr. 4 & Boxworkshop

(25.03.2018 ab 10:00 Uhr)
Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

10. Termin: Abschlussshooting und Check-up Nr. 5

(08.04.2018 ab 10:00 Uhr)
Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

**Der Beginn und die zeitliche Abfolge an den oben genannten Terminen kann sich, je nach Teilnehmerzahl, noch ändern um die Wartezeiten für die Teilnehmer zu verkürzen.*

Änderungen sind dem Veranstalter vorbehalten