

Körperverwandlung im Frühjahr 2020 in Köln

Vorläufige Terminübersicht Herbst-Challenge

1. Termin: Kennenlern-Event

Erklärung Einstiegswoche
Vorstellung der Teilnehmer
Gemeinsames Bowlen

(Sa. 11.01.2020 16:00 Uhr)
PIN-UP Bornheim
Johann-Philipp-Reis-Straße 7
53332 Bornheim

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

Check-up, Körperscan & Profildotos

(So. 12.01.2020 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: Ernährungscoaching & Kochworkshop

(So. 19.01.2020 ab 10:00 Uhr)
Buchmühlenstraße 12
51465 Bergisch Gladbach

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

(So. 26.01.2020 ab 10:00 Uhr)
Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

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

(So. 09.02.2020 ab 10:00 Uhr)
Rheinpark Köln-Deutz

6. Termin: Trainingsworkshop in Zweiergruppen

(So. 16.02.2020 ab 10:00 Uhr)
Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

KÖRPER VERWANDLUNG

7. Termin: Check-up Nr. 3 & Zwischenshooting
Check-up, Körperscan & Profilfotos

(So. 23.02.2020 ab 10:00 Uhr)
Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

8. Termin: Check-up Nr. 4 & Outdoortraining

(So. 08.03.2020 ab 10:00 Uhr)
Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

9. Termin: Check-up Nr. 5 & Jumping-Fitness

(So. 22.03.2020 10:00 Uhr)
Goldstep by Yavus
Bergisch Gladbach

10. Termin: Check-up Nr. 5, Profilfotos & Körperscan

(Sa. 04.04.2020 ab 10:00 Uhr)
Kraftstation
Heidelbergerstr.14-18
51065 Köln

11. Termin: Eventshooting

(So. 05.04.2020 ab 10:00 Uhr)
Mietstudio Bergisch Gladbach
Manfred Esser

**Der Beginn, Ort 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