

montag

dienstag

mittwoch

donnerstag

freitag

weekend

9.00 - 10.00
Bauch-Beine-Po
mit Gerda



Im Interesse aller Teilnehmer
bitte rechtzeitig zu Beginn
der Stunden erscheinen!
Handtuch nicht vergessen!



Kursbeschreibungen
siehe Rückseite



Kursplan

17.00 - 18.00
**Bauch-Beine-Po
intensiv**
mit Fuzia

16.30 - 17.30
Fatburner
mit Katja

17.30 - 18.30
Body Workout Mix
mit Fuzia

17.00 - 18.00
Balance Pilates
mit Gerda

18.00 - 19.00
Yoga intensiv
mit Fuzia

17.30 - 18.15
Step & Workout
mit Patricia

18.30 - 19.30
Fit ab 40
mit Fuzia

19.00 - 20.00
Fit Mix Power
Herz-Kreislauftraining
mit Siggie

19.15 - 20.15
Zumba!
mit Irina

NEU

NEU



FitnessPoint Lady
Weingarten

hyperTrain
By FitnessPoint

formforme
Figur-Forming mit clever gemacht.

ONE

backTrain
with Rücken - Händerien oder Variation ...

Longfit

* Egal ob Ganzkörpertraining, Abnehmen, zeitsparendes 1-Satz-Training, Rückentraining oder Anti-Aging...

Durch unsere ärztlich geprüften Trainingskonzepte hast du garantierten Trainingserfolg. **Jetzt Trainertermin vereinbaren!**

www.fitnesspoint.com