

PowerFit-Kurse fit&well-Galerie

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:00					Strong Core		
8:30	Rücken-Gymnastik						
9:00							
9:30							
10:00						Bauch/Beine/Po	HIIT
10:30							
11:00							
11:30							
12:00			HIIT		HIIT		
12:30							
13:00							
13:30							
14:00		Bauch/Beine/Po	Strong Core				
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00	HIIT		HIIT		Mix-Power		
18:30							
19:00	Mix-Power		Bauch/Beine/Po	Dance-Fit			
19:30							
20:00							