

## Kursprogramm purfitness Lauterach

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Fit Mom's 9:30   60min.	BBP 9:00   60min.
Maria	Julia

Body Power 9:00   60min.
Julia

Power Pump 18:00   60min. Thomas	Fat Burning Cardio 18:00   60min. Julia	Intervall 18:00   60min. Thomas	Step 18:00   60min. Nicole
Yoga 19:00   60min. Nicole	Zirkel-Training 19:00   60min. Julia	BBP 19:00   60min. Julia	Body Workout 19:00   60min. Nicole

Das Programm "Fit Mom's" ist ein speziell entwickeltes Krafttraining für werdende Mami's und Mami's mit Kleinkindern. Die Kiddies sind beim Training mit dabei.

Programm gültig ab Montag, den 5. Oktober (Änderungen vorbehalten)

An Feiertagen keine Kurse

Stand 5. Oktober 2020