

montag

dienstag

mittwoch

donnerstag

freitag

weekend

9.00 - 10.00
Bauch-Beine-Po

Empfohlen von:

Miss Kempten 2014,
Miss Oberschwaben 2013,
Schiedsrichterin 1. Handball-
Bundesliga der Frauen,
Miss Tuning 2013,
Miss Oberschwaben 2012



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



Kursbeschreibungen
siehe Rückseite



Aus hygienischen Gründen
verwendet bitte eigene
Gymnastikmatten. Diese er-
haltet ihr direkt im Studio.

NEU

17.00 - 18.00
Bauch-Beine-Po
intensiv

16.30 - 17.30
Fatburner

17.30 - 18.30
Body Workout Mix

18.00 - 18.30
Bauch intensiv

17.00 - 18.00
Balance Pilates

NEU

18.00 - 19.00
Yoga intensiv

17.30 - 18.30
Step-Aerobic

18.30 - 19.30
Fit ab 40

18.30 - 19.30
Body-Toning

19.00 - 20.00
Zumba!

18.30 - 19.30
Piloxing

FitnessPoint Lady
Weingarten

hyperTrain[®]
by FitnessPoint

formforme[®]
Figur-Forming mit clever gemacht.

ONE^{SET}
www.one-set.com

backTrain[®]
Beim Rücken - trainieren oder verhindern ...

Longfit[®]

Egal ob Ganzkörpertraining, Abnehmen, zeitsparendes 1-Satz-Training, Rückentraining oder Anti-Aging...
Durch unsere innovativen Trainingskonzepte hast du garantierten Trainingserfolg. Jetzt Trainertermin vereinbaren!

www.fitnesspoint.com

Kursplan

