

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 Fouzia

18.00 - 19.00  
**Yoga intensiv**  
mit Fouzia

19.15 - 20.15  
**Zumba!**  
mit Irina

16.30 - 17.30  
**Fatburner**  
mit Katja

17.30 - 18.15  
**Step & Workout**  
mit Patricia



17.30 - 18.30  
**Body Workout Mix**  
mit Fouzia

18.30 - 19.30  
**Fit ab 40**  
mit Fouzia

19.00 - 20.00  
**Fit Mix Power**  
Herz-Kreislauftraining  
mit Siggie



FitnessPoint Lady  
Weingarten



\* 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](http://www.fitnesspoint.com)