

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.

17.00 - 18.00
Fatburner

16.30 - 17.30
Fatburner

17.30 - 18.30
Body Workout Mix

18.00 - 18.30 **NEU**
Bauch intensiv

17.00 - 18.00
Balance Pilates

18.00 - 19.00
Bauch-Beine-Po
intensiv

17.30 - 18.30
Step-Aerobic

18.30 - 19.30
Fit ab 40

18.30 - 19.30
Body-Toning

ab 1.1.
19.00 - 20.00
Zumba!

18.30 - 19.30 **NEU**
Piloxing

hyperTrain[®]
by FitnessPoint

formforme[®]
Figur-Forming mit cleverer gemacht.

ONE^{SET}

backTrain[®]
mit Rücken - Training oder Variation ...

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

FitnessPoint Lady
Weingarten

Kursplan

