

















Kursplan


21.01.2019 - 27.01.2019



Bewegend - einfach Frau sein
 Raiffeisenstr. 28
 65191 Wiesbaden-Bierstadt
 0611 97155917
 info@slimlady.de





Montag 21.01.2019	Dienstag 22.01.2019	Mittwoch 23.01.2019	Donnerstag 24.01.2019	Freitag 25.01.2019	Samstag 26.01.2019	Sonntag 27.01.2019
<p>18:00 - 18:45 Beweglich sein</p> 	<p>09:00 - 09:45 Bewusst sein</p> <p>10:00 - 11:00 Entspannt sein</p> 	<p>09:00 - 09:45 Effektiv sein</p> <p>10:00 - 10:45 Befreit sein</p>  	<p>10:00 - 10:45 Fröhlich sein</p>  <p>17:30 - 18:15 Effektiv sein</p> <p>18:30 - 19:15 Befreit sein</p> 	<p>10:00 - 10:45 Beweglich sein</p> 	<p>10:00 - 10:45 Beweglich sein</p>  <p>11:15 - 12:30 Ausdauernd sein</p> 	
<p>19:15 - 20:15 Entspannt sein</p> 	<p>17:00 - 17:45 Ausdauernd sein</p>  <p>18:00 - 18:45 Stark sein</p> <p>19:00 - 19:45 Leidenschaftlich se...</p>  	<p>18:00 - 18:45 Herzbewegend sein</p>  <p>19:00 - 19:45 Entspannt sein</p> 				

 Abnehmen & Figur...
Muskeln & Kraft

 Präventionskurse...
Ausdauer & Herz

 Faszientraining ...
 Yoga- Entspannung...

 Five - Rücken & ...
 Zumba - Abnehmen...

Stand: 24.01.2019