

## KURSPLAN Januar - April 2025

Kursblock: 13.01. - 04.04.2025



STEFFI.FIT

<b>Montag</b>	<b>YOGA MEETS RÜCKENFIT</b> 9:00- 10:00 BAD ORB - Familiennest <b>INDOOR</b> 11 x für 132 € Pause: 03.03.		
<b>Mittwoch</b>	<b>TRX MAMAFIT</b> <b>Zirkeltraining</b> 9:15 - 10:00 GELNHAUSEN - Fitnesslife <b>INDOOR</b> 10 x für 100 € Pause: 12.02. & 05.03.	<b>TRX MAMAFIT</b> <b>Zirkeltraining</b> 10:15 - 11:00 GELNHAUSEN - Fitnesslife <b>INDOOR</b> 10 x für 100 € Pause: 12.02. & 05.03.	<b>POWERFIT</b> 19:00 - 20:10 BAD ORB - Hof Sonnenberg <b>OUTDOOR</b> 10 x für 120 € Pause: 12.02. & 05.03.
<b>Donnerstag</b>	<b>MAMIFIT</b> 9:15 - 10:15 BAD ORB - Kurpark <b>OUTDOOR</b> 10 x für 100 € Pause: 13.02. & 06.03.	Bei schlechtem Wetter sind wir auf dem Hof Sonnenberg. Dort steht uns eine Überdachung zur Verfügung.	
<b>Freitag</b>			<b>TRX - MIX</b> 17:15 - 18:00 GELNHAUSEN - Fitnesslife <b>INDOOR</b> 11 x für 110 € Pause: 07.03..