

KURSPLAN April - Juli 2023

Kursblock: 17.04. - 27.07.2023



STEFFI.FIT

Montag	<p>MAMIFIT 09:30 - 10:30 BAD ORB Kurpark/Salinenplatz OUTDOOR 12 mal für 108 € 1.5., 29.5. & 12.6. kein Training</p>	<p>Bei schlechtem Wetter sind wir auf dem Hof Sonnenberg. Dort steht uns eine Überdachung zur Verfügung.</p>	
Mittwoch	<p>TRX MAMAFIT 9.30 - 10:15 GELNHAUSEN FITNESSLIFE INDOOR 13 mal für 117 € 31.5. & 5.7. kein Training</p>	<p>Bei schlechtem Wetter steht uns in Bad Orb eine Überdachung zur Verfügung.</p>	<p>POWERFIT 19:15 - 20:15 BAD ORB Hof Sonnenberg OUTDOOR 13 mal für 117€ 31.5. & 5.7. kein Training</p>
Donnerstag	<p>MAMIFIT 09:30 - 10:30 GELNHAUSEN/HAITZ Modehaus Flach OUTDOOR 13 mal für 117 € 18.5. & 8.6. kein Training</p>	<p>Bei schlechtem Wetter findet der Kurs kurzfristig im FITNESSLIFE Gelnhausen statt.</p>	<p>TRX 20:00 - 20:45 GELNHAUSEN FITNESSLIFE INDOOR 13 mal für 117 € 18.5. & 8.6. kein Training</p>

Du buchst dein(e) Wunschkurs(e) immer nur für einen bestimmten Zeitraum/Kursblock.

Level 1 / Einsteiger:

Wiedereinstieg in den Sport nach Entbindung mit langsamer Steigerung der Intensität

Level 2 / Mittelstufe:

Nach Wiederaufbau deiner Grundfitness

Level 3 / Fortgeschrittene:

Es gibt keine Ausrede mehr :-)