

KURSPLAN JANUAR/FEBRUAR 2022

Kursblock/Zeitraum: 10.01. - 25.02.2022



STEFFI.FIT

| | | | |
|-------------------|---|---|---|
| Montag | MAMIFIT 09:30 - 10:30 BAD ORB Hof Sonnenberg OUTDOOR 7 Einheiten für 56 € | Bei schlechtem Wetter steht uns in Bad Orb eine Überdachung zur Verfügung. | |
| Dienstag | | Derzeit gilt hier die 2G Regel. | TRX 20:30 - 21:15 GELNHAUSEN FITNESSLIFE INDOOR 7 Einheiten für 56 € |
| Mittwoch | TRX MAMAFIT 9.30 - 10:15 GELNHAUSEN FITNESSLIFE INDOOR 7 Einheiten für 56 € | Bei schlechtem Wetter steht uns in Bad Orb eine Überdachung zur Verfügung. | POWERFIT 19:15 - 20:15 BAD ORB Hof Sonnenberg OUTDOOR 7 Einheiten für 56 € |
| Donnerstag | MAMIFIT 09:30 - 10:30 GELNHAUSEN/HAITZ Modehaus Flach OUTDOOR 7 Einheiten für 56 € | Bei schlechtem Wetter findet der Kurs kurzfristig im FITNESSLIFE Gelnhausen statt. Derzeit gilt hier die 2G Regel. | |

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 :-)

Du buchst dein(e) Wunschkurs(e) immer nur für einen bestimmten Zeitraum/Kursblock.
 Im Falle eines Lockdown behalte ich mir vor, die Kurse online via Zoom anzubieten.
 Anmeldung & weitere Infos unter **0177/3488122; www.steffi.fit; hello@steffi.fit**

Jetzt Kurs buchen:
<https://steffi.fit/kontakt/>