

## KURSPLAN OKTOBER 2021

(in der 2. Herbstferienwoche 18. - 24.10. finden keine Kurse statt)



STEFFI.FIT

<b>Montag</b>	<b>MAMIFIT</b> 09:30 - 10:30 BAD ORB Hof Sonnenberg <b>OUTDOOR</b> 3 Einheiten für 24 €	Bei schlechtem Wetter steht uns in Bad Orb eine Überdachung zur Verfügung.	
<b>Dienstag</b>			<b>TRX MAMAFIT</b> 20:15 - 21:00 GELNHAUSEN FITNESSlife <b>INDOOR</b> 3 Einheiten für 24 €
<b>Mittwoch</b>	<b>TRX MAMAFIT</b> 9.30 - 10:15 GELNHAUSEN FITNESSlife <b>INDOOR</b> 3 Einheiten für 24 €	Bei schlechtem Wetter steht uns in Bad Orb eine Überdachung zur Verfügung.	<b>POWERFIT</b> 19:15 - 20:15 BAD ORB Hof Sonnenberg <b>OUTDOOR</b> 4 Einheiten für 24 €
<b>Donnerstag</b>	<b>MAMIFIT</b> 09:30 - 10:30 GELNHAUSEN/HAITZ Modehaus Flach <b>OUTDOOR</b> 3 Einheiten für 24 €	Bei schlechtem Wetter findet der Kurs kurzfristig im FITNESSlife Gelnhausen statt. Derzeit gilt die 3G Regel.	
<b>Sonntag</b>	<b>COREWORKOUT</b> <b>Bauch- &amp; Rückentraining</b> 09:00 - 09:40 <b>ONLINE</b> 3 Einheiten für 12 €		

Du buchst dein(e) Wunschkurs(e) immer nur für den jeweiligen Monat.

Im Falle eines Lockdown behalte ich mir vor, die Outdoorurse online via Zoom anzubieten.

Anmeldung & weitere Infos unter **0177/3488122**; **www.steffi.fit**; **hello@steffi.fit**

**Jetzt Kurs buchen:**

<https://steffi.fit/kontakt/>