



NEUE KURSE!

Jetzt auch
vormittags!

Kursplan 2015

max. 7 Teilnehmer pro Kurs

Kurse in 10er Blöcken!

MONTAG

BBP-BauchBeinePo ♦♦
17:00 – 17:55 Uhr

Tae Boe + Pump ♦♦♦
18:05 – 19:00 Uhr

DIENSTAG

Mami BBP + Kids ♦♦
09:30 – 10:30 Uhr

BBP-BauchBeinePo ♦♦
17:30 – 18:25 Uhr

DONNERSTAG

BBP-BauchBeinePo ♦♦
09:30 – 10:30 Uhr

Fitness-Mix ♦♦♦
(Tae Boe, Fatburner, BBP)
18:30 – 19:30 Uhr

SAMSTAG

Bikini Power/
Fitness-Mix ♦♦
14:00 – 15:00 Uhr

♦♦♦ = schwitzig XXL ♦♦ = schwitzig XL ♦ = schwitzig

Schweißperle

Nicole Giegerich

Kurmainzer Ring 3 · 63762 Großostheim

Telefon: 0176 - 3119 94 45 · Mail: info@schweissperle.com

www.facebook.com/Schweissperle · www.schweissperle.com