

Aerobic Trainingskurse 2018



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00-10:00 BBP Margit		09:00-10:00 BBP Nikolett		09:00-10:00 Body Training Sonja	09:30-10:30 Spinning Sonja
10:00-11:00 Rückenfit Margit		10:00-11:00 Rückenfit Nikolett			
	17:00-18:00 Faszien-Yoga nach Liebscher & Bracht Karmella	17:00-18:00 Bootcamp Saskia	17:00-18:00 Bodystyling Nikolett	17:00-18:00 Bodystyling Nikolett	
18:00-19:00 Faszien-Yoga nach Liebscher & Bracht Karmella	18:00-19:00 Functional Fit Philipp	18:00-19:00 Schlingentraining Saskia	18:00-19:00 Functional Fit Philipp		
			19:00-20:00 Cardio Fight Philipp		

PTS - Professional Training System | 0676 / 57 47 690 | office@protrainingsystem.at | www.protrainingsystem.at

Plan gültig ab 01.12.2018