
















Wochenplan Live-Kurse

*E = Einsteiger
F = Fortgeschrittene

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>18:00 – 18:40</p> <p>TABATA</p> <p><i>Franzi</i></p>  <p>mittel – schwer</p> <p>https://zoom.us/j/278064643</p> <p>278 064 643</p> 	<p>10:00 – 10:40</p> <p>RÜCKENFIT</p> <p><i>Franzi</i></p>  <p>einfach – mittel</p> <p>https://zoom.us/j/480099544</p> <p>480 099 544</p> 	<p>17:00 – 17:40</p> <p>BAUCH, BEINE, PO</p> <p><i>Franzi</i></p>  <p>mittel</p> <p>https://zoom.us/j/920689048</p> <p>920 689 048</p> 	<p>18:30 – 19:00</p> <p>FITNESS WORKOUT – E*</p> <p><i>Franzi</i></p>  <p>einfach -mittel</p> <p>https://zoom.us/j/598146583</p> <p>598 146 583</p> 	<p>16:00 – 16:30</p> <p>POWERWORKOUT – E</p> <p><i>Franzi und Marek</i></p>  <p>einfach - mittel</p> <p>https://zoom.us/j/316433638</p> <p>316 433 638</p> 
			<p>19:00 – 19:30</p> <p>FITNESS WORKOUT – F*</p> <p><i>Franzi</i></p>  <p>mittel - schwer</p> <p>https://zoom.us/j/777620486</p> <p>777 620 486</p> 	<p>16:30 – 17:00</p> <p>POWERWORKOUT – F</p> <p><i>Franzi und Marek</i></p>  <p>mittel - schwer</p> <p>https://zoom.us/j/832707107</p> <p>832 707 107</p> 
				<p>17:00 – 17:30</p> <p>DEHNEN</p> <p><i>Franzi</i></p>  <p>einfach</p> <p>https://zoom.us/j/374104849</p> <p>374 104 849</p> 