

Zeit	MO	DI	Mi	DO	FR	SA	SO
9:15	Morning Fit mit Lea	Morning Fit mit Lea	Morning Fit mit Lea	Morning Fit mit Lea	Morning Fit mit Lea		
17:00	Body Fit mit Lisette	Workout mit Lisette	Body Balance mit Lisette	Circuit Training mit Lisette	Bauch Beine Po mit Lisette		Workout mit Lea
18:00	Workout mit Lea	Bauch Beine Po mit Lisette	Body Fit mit Lisette	Workout mit Lea	Body Fit mit Lisette		

Anfänger
  Fortgeschrittene
  Profis

Wir machen nur das Workout 40 min. mit Euch. Also macht das Warm-Up (10 min. vorher) und das Cool-Down (10 min. nachher)

Über: Zoom-Client für Meeting // Meeting-ID 694-968-0042 - Weiter Infos unter [aerobic@postsv-remagen.de](mailto:aerobic@postsv-remagen.de)