

# FITNESS FÜR DICH!

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
5:00-6:00 Kraft-Ausdauer Training	5:00-6:00 Kraft-Ausdauer Training	5:00-6:00 Kraft-Ausdauer Training	5:00-6:00 Kraft-Ausdauer Training	5:00-6:00 Kraft-Ausdauer Training	
8:00-9:00 Kraft-Ausdauer Training		8:00-9:00 Kraft-Ausdauer Training	10:30-11:30 Kraft-Ausdauer Training	8:00-9:00 Kraft-Ausdauer Training	8:30-9:30 HIIT
10:30-11:30 Kraft-Ausdauer Training	9:00-10:00 Kraft-Ausdauer Training	10:30-11:30 Kraft-Ausdauer Training			9:30-10:30 HIIT
	14:30-15:30 Kraft-Ausdauer Training		14:30-15:30 Kraft-Ausdauer Training	14:30-15:30 Kraft-Ausdauer Training	10:30-12:00 Team
			15:30-16:30 Minis Fitness		
16:30-17:30 Kraft-Ausdauer Training	16:30-17:30 Kraft-Ausdauer Training	16:30-17:30 Kraft-Ausdauer Training	16:30-17:30 Kids Fitness		
17:45-18:45 Kraft-Ausdauer Training	17:45-18:45 Kraft - Technik Training	17:45-18:45 Kraft-Ausdauer Training	17:45-18:45 Kraft-Ausdauer Training		
19:00-20:00 Kraft-Ausdauer Training	19:00-20:00 HIIT	19:00-20:00 Kraft-Ausdauer Training	19:00-20:00 HIIT	19:00-20:00 Kraft-Ausdauer Training	

Technologieparkstraße 2 | 4615 Holzhausen  
**VFFITNESS.STA.IO**  
 hoizboxfitness@gmail.com | 0660 761 53 57

Teste unser Fitness Kursprogramm,  
**GRATIS UND UNVERBINDLICH!**  
 EINSTIEG JEDERZEIT MÖGLICH!