

gültig ab 07.01.2020

# Kursplan

## EMS-Training nach Vereinbarung

EMS-Studio in der Hauptstr.13

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09:30 - 10:30 Uhr Jumping-Fitness ( nur mit Mitgliedschaft )			
17:00 - 18:00 Uhr Firmenkurse	17:00 - 18:00 Uhr Firmenkurse	17:00 - 18:00 Uhr Firmenkurse	17:30 - 18:30 Uhr Firmenkurse	17:30 - 18:30 Uhr " BBP " Bauch/Beine/Po
18:00 - 18:55 Uhr Jumping-Fitness ( nur mit Mitgliedschaft )		18:00 - 19:00 Uhr Body Shape Work Out Ausdauer-Kraft	18:30 - 19:15 Uhr Jumping-Fitness ( nur mit Mitgliedschaft ) 45 min. Power	18:30 - 19:30 Uhr Hot-Iron Krafttraining
19:00 - 20:00 Uhr Hot-Iron Krafttraining	18:45 - 19:45 Uhr Body-Styling alles ist möglich	19:00 - 20:00 Uhr Hot - Iron Krafttraining		
<b>Time for Fitness</b>				



to-be-active

www.to-be-active.de

to-be-active \* email: [hppohl@yahoo.de](mailto:hppohl@yahoo.de) \* Tel. 07722/21500 \* [www.to-be-active.de](http://www.to-be-active.de) \* Schonach /Obertal-Volltreffer  
Einfach vorbeikommen und einen kostenlosen, unverbindlichen Schnupperkurs mitmachen !!

Tel. 0162/9194336 ( Anja )

Anja & Hans-Peter

78136 Schonach