

KURSPLAN FIT-FOR-FEMME

Kursplan ab 1. Oktober 2017



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9 Uhr		Pilates	Gymnastik 60+		
10 Uhr					Alpines Walking
10.30 Uhr	Entspannt in in die Woche	Faszien- gymnastik	Gymnastik 60+		
17.30 Uhr	Pilates	Faszien- gymnastik		Pilates	
19 Uhr	Entspannt in die Woche	Pilates		Faszien- gymnastik	

Termine für Massagen (Triggerpunkt, Fußreflex, Klassische Rückenmassage, Klangmassage) sowie für eine BIA-Messung und Ernährungsberatung bitte separat vereinbaren. Bitte fragen Sie nach dem nächsten Entspannungs-Workshop und -wochenenden sowie Alpines Walking

Fit-for-femme GmbH
Stephanie Doll
Walchenseestraße 15
ehemals Sport Holzer
82494 Krün
Telefon: (0 88 25) 9 21 32 70
info@fit-for-femme.de
www.fit-for-femme.de/karwendel