

# V8 FITNESS

LIVESTREAMS  
IN UNSERER facebook GRUPPE

## KURSPLAN KW 45

### MONTAG

- 9:00 UHR  
BODY FORMING
- 17:00 UHR  
FUNCTIONAL MIX
- 18:00 UHR  
ZUMBA
- 19:00 UHR  
BODY ART

### DIENSTAG

- 18:00 UHR  
STRONG NATION
- 19:00 UHR  
IRON POWER \*
- 20:00 UHR  
YOGA

### MITTWOCH

- 9:00 UHR  
MORGEN FIT
- 17:00 UHR  
RÜCKEN FIT
- 18:00 UHR  
PILATES
- 19:00 UHR  
IRON POWER \*

### DONNERSTAG

- 17:30 UHR **30 MIN.**  
TABATA
- 18:00 UHR  
DANCE FIT
- 19:00 UHR  
STRONG NATION

### FREITAG

- 09:00 UHR  
STRONG NATION
- 17:00 UHR  
TABATA & STRETCH
- 18:00 UHR  
ZUMBA

### SAMSTAG

- 10:00 UHR **60 MIN.**  
FUNCTIONAL MIX  
EVA & ROBERTO

### SONNTAG

- 10:00 UHR  
POWER CARDIO



Facebook Gruppe:  
V8ties geben niemals auf

Für Mitglieder:

\* Langhantel kann im Studio abgeholt werden. Bitte telefonisch anmelden!