

**NEUE
KURSE!**

Jetzt auch
vormittags!


Schweiß
PERLE

Kursplan 2015

max. 7 Teilnehmer pro Kurs
Kurse in 10er Blöcken!

MONTAG

BBP-BauchBeinePo 
17:00 – 17:55 Uhr

Tae Boe + Pump 
18:05 – 19:00 Uhr

DONNERSTAG

BBP-BauchBeinePo 
09:30 – 10:30 Uhr

Fitness-Mix 
(Tae Boe, Fatburner, BBP)
18:30 – 19:30 Uhr

DIENSTAG




Mami BBP + Kids 
09:30 – 10:30 Uhr

BBP-BauchBeinePo 
17:30 – 18:25 Uhr

Rücken + BBP 
18:35 – 19:30 Uhr

SAMSTAG

Bikini Power/
Fitness-Mix 
14:00 – 15:00 Uhr

 = schwitzig XXL  = schwitzig XL  = schwitzig

Schweißperle

Nicole Giegerich

Kurmainzer Ring 3 • 63762 Großostheim

Telefon: 0176 - 31 19 94 45 • Mail: info@schweissperle.com

www.facebook.com/Schweissperle • www.schweissperle.com