



# Kursplan

## Moniques Fitness Training

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>	<u>Samstag</u>
<b><u>9:30-10:30 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> (im wöchentlichen Wechsel)				<b><u>9:00-10:00 Uhr</u></b> <b><u>Full Body</u></b> <b><u>Pilates</u></b> (hier bleibt es Full Body Pilates)	<b><u>9:30-10:30 Uhr</u></b> <b><u>Full Body</u></b> <b><u>Pilates</u></b> (hier bleibt es Full Body Pilates, + 1x im Monat ein Special))
<b><u>18:15-19:15 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> im wöchentlichen Wechsel)	<b><u>18:15-19:15 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> (im wöchentlichen Wechsel)	<b><u>18:15-19:15 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> (im wöchentlichen Wechsel)	<b><u>18:15-19:15 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> ( im wöchentlichen Wechsel)		
<b><u>19:30-20:30 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> ( im wöchentlichen Wechsel)	<b><u>19:30-20:30 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> (im wöchentlichen Wechsel)	<b><u>19:30-20:30Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> ( im wöchentlichen Wechsel)	<b><u>19:30-20:30 Uhr</u></b> <b><u>Full/Fitbox/</u></b> <b><u>Cardio Pilates</u></b> im wöchentlichen Wechsel)		

**Weitere Infos unter :**  
**[www.moniques-fitness-training.de](http://www.moniques-fitness-training.de)**