



# Kursplan



10.12.2018 - 16.12.2018



Slim Lady  
 Raiffeisenstr. 28  
 65191 Wiesbaden-Bierstadt  
 0611 97155917  
 info@slimlady.de

Montag 10.12.2018	Dienstag 11.12.2018	Mittwoch 12.12.2018	Donnerstag 13.12.2018	Freitag 14.12.2018	Samstag 15.12.2018	Sonntag 16.12.2018
<p>18:00 - 18:45 Beweglich und stark...</p> <p>19:00 - 19:45 Rundherum Leidenschaft...</p>	<p>09:00 - 09:45 Bewegter Rücken</p> <p>17:00 - 17:45 Kurvenreich</p> <p>18:00 - 18:45 Bauchgefühl</p> <p>19:00 - 19:45 Rundherum glücklich...</p>	<p>09:00 - 09:45 Gemeinsam stark im ...</p> <p>10:00 - 11:00 Einheit und Harmoni...</p> <p>18:00 - 18:45 Herzbewegend</p> <p>19:00 - 20:00 Energie und Entspan...</p>	<p>09:00 - 09:45 Bewegte Faszien</p> <p>10:00 - 10:45 Kleine Schritte Sch...</p> <p>17:30 - 18:15 Gemeinsam richtig s...</p> <p>18:30 - 19:15 Fasziale Befreiung</p>	<p>10:00 - 10:45 Einfach bewegend</p> <p>16:00 - 16:45 Bauch-Frei-Tag</p> <p>17:00 - 17:45 Beschwingt ins Woch...</p>	<p>10:00 - 10:45 Bewegend und belebe...</p> <p>11:00 - 11:45 Jedes Mal was Neues...</p>	

 Abnehmen & Figur...  
Muskeln & Kraft

 Präventionskurse...  
Ausdauer & Herz

 Yoga- Entspannun...  
 Faszientraining ...

 Five - Rücken & ...  
 Zumba - Abnehmen...

Stand: 15.12.2018