

# Trainingsplan | bärenfit 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	Yoga 09:00-10:00	Pilates-Balance 08:30-09:30			
Core Training 12:15-12:45				Core Training 12:15-12:45	
Boxen/Kickboxen Kids 17:45-18:45		Fun Tone 18:30-19:30			
Boxen Erwachsene 19:00-20:00	Kickboxen Erwachsene 19:00-20:00		Boxen/Kickboxen Erwachsene 19:00-20:00		