

# *Dein Sonderstundenplan über die Weihnachtsfeiertage*

**23.12.2019-29.12.2019**

**MO, 23.12.19**

09:00 - 10:30 Uhr

*Dance Aerobic  
meets Core Training*

17:30 - 18:15 Uhr

*JUMPING Fitness*

18:30 - 19:30 Uhr

*XCO Shape*

19:30 - 20:30 Uhr

*JUMPING Fitness*

20:30 - 21:30 Uhr

*Langhantel Training*

**MO, 23.12.19**

*Es stehen  
für Dich*

*ab 17:30 Uhr  
kleine Leckereien  
und Glühwein bereit.  
Lassen wir den Abend  
gemütlich ausklingen.  
:-)*

**DI, 24.12.19 BIS  
EINSCHLIESSLICH  
DO, 26.12.19  
IST UNSER STUDIO  
GESCHLOSSEN**

**DAS GESAMTE  
A4PLUSKURSSTUDIO  
TEAM WÜNSCHT DIR  
FROHE  
WEIHNACHTEN UND  
BESINNLICHE  
FEIERTAGE.**

**FR, 27.12.19**

08:30 - 9:45 Uhr

*AFTER  
CHRISTMAS  
WORKOUT  
Bauch/Beine/Po*

**SA, 28.12.19**

9:45-11:00 Uhr

*Step 4 all*

11:00 - 12:00 Uhr

*Functional  
Workout*

**SO, 29.12.2019**

09.30-11.00 Uhr

*Indoor Cycling*



**ANDERUNGEN  
VORBEHALTEN**