


100% WOCHENPLAN

Mehr Informationen und Kursbuchung auf www.100prozent-fitness.de.

UHR	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG		
07:00	GESCHLOSSEN		WOD	GESCHLOSSEN	WOD	GESCHLOSSEN			
08:00			WOD		WOD				
09:00			WL		WL				
10:00	GESCHLOSSEN					WOD	WL	WL Beginner	WL
11:00						WOD	WOD		
12:00						Mobility			
13:00									
14:00									
15:00						<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;">  <p>CROSSFIT PROBETRAINING Für Termine und Infos melde dich unter: info@100prozent-fitness.de</p> </div> <p>GESCHLOSSEN</p>			
16:00									
17:00	WOD	WOD	WOD	WL Beginner	WOD				
18:00	WOD	WOD	WOD	WL	WOD				
19:00	WOD	WOD	WOD	WOD	WOD				
20:00	Gymnastics	WOD	WOD	Mobility	WOD				
21:00									
22:00									

Weightlifting
 CrossFit
 Gymnastics
 Mobility
 Open Gym