



# MAMI IN FORM

*Fitness mit Baby*

## KURSPLAN

### Montag

9:30 - 10:45 Uhr  
fitdankbaby

11:00 - 12:15 Uhr  
fitdankbaby

14:30 - 15:45 Uhr  
fitdankbaby

16:00 - 17:00 Uhr  
PURZELBAUM Käfer  
17:00 - 18:00 Uhr  
PURZELBAUM Mäuse

18:15 - 19:15 Uhr  
BabybauchWORKOUT

19:30 - 20:30 Uhr  
JUMPING

### Dienstag

9:30 - 10:45 Uhr  
fitdankbaby

11:00 - 12:15 Uhr  
fitdankbaby

15:45 - 16:45 Uhr  
PURZELBAUM Mäuse  
16:45 - 17:45 Uhr  
PURZELBAUM Käfer

18:15 - 19:15 Uhr  
PILOXING

19:30 - 20:30 Uhr  
JUMPING

### Mittwoch

9:30 - 10:45 Uhr  
fitdankbaby

11:00 - 12:15 Uhr  
fitdankbaby

13:00 - 13:45 Uhr  
Babymassage

14:30 - 15:45 Uhr  
fitdankbaby

16:00 - 17:00 Uhr  
PURZELBAUM Käfer  
17:00 - 18:00 Uhr  
PROBLEMZONENWORKOUT

18:15 - 19:15 Uhr  
YOGA

19:30 - 20:30 Uhr  
ZUMBA

### Donnerstag

9:30 - 10:30 Uhr  
MAMIDANCE  
10:00 - 11:00 Uhr  
BUGGYWORKOUT

15:00 - 16:00 Uhr  
MAMIFIT

16:15 - 17:15 Uhr  
MAMIFIT  
17:30 - 18:30 Uhr  
BabybauchWORKOUT

18:45 - 19:45 Uhr  
JUMPING

### Freitag

9:30 - 10:45 Uhr  
fitdankbaby

11:00 - 12:15 Uhr  
fitdankbaby

13:00 - 14:15 Uhr  
fitdankbaby

14:30 - 15:45 Uhr  
fitdankbaby

16:00 - 17:00 Uhr  
JUMPING KIDS

17:15 - 18:15 Uhr  
JUMPING

18:30 - 19:30 Uhr  
PROBLEMZONENWORKOUT

### Samstag

10:00 - 11:00 Uhr  
JUMPING