



Mega-effektiv
Du brauchst nur
! 30-Minuten !
Workout 🇩🇪 Zeit

LIVE WORKOUT PROGRAMM

Ab Montag 30.08.2021

LIVE

Montag: 10:00 h Cardio + Mobility/
Fokus Rückentraining

LIVE

Mittwoch: 19:30 h 🔥 🔥 🔥 Fatburner
Fullbody / Fokus Bauch•Beine•Po

LIVE

Freitag: 7:45h Early Bird 🔥 🔥 🔥
HIIT + Bauchtraining

● **LIVE** Alle Livestream Workout's werden im
Programm abgespeichert und Du kannst das
Training jederzeit nachholen/ wiederholen.