

# Kursplan: Milon

06.07.2020 - 12.07.2020

Make Fit Company  
 Darmstädter Straße 1  
 64354 Reinheim  
 06162 6111  
 make.fit-klaus@t-online.de



Montag 06.07.2020	Dienstag 07.07.2020	Mittwoch 08.07.2020	Donnerstag 09.07.2020	Freitag 10.07.2020	Samstag 11.07.2020	Sonntag 12.07.2020
08:30 - 09:30 Milon	09:30 - 10:30 Milon	08:30 - 09:30 Milon	09:30 - 10:30 Milon	08:30 - 09:30 Milon	10:00 - 11:00 Milon	09:00 - 10:00 Milon
09:45 - 10:45 Milon	10:45 - 11:45 Milon	09:45 - 10:45 Milon	10:45 - 11:45 Milon	09:45 - 10:45 Milon	11:15 - 12:15 Milon	10:15 - 11:15 Milon
11:00 - 12:00 Milon	12:00 - 13:00 Milon	11:00 - 12:00 Milon	12:00 - 13:00 Milon	11:00 - 12:00 Milon	12:30 - 13:30 Milon	11:30 - 12:30 Milon
12:15 - 13:15 Milon	13:15 - 14:15 Milon	12:15 - 13:15 Milon	13:15 - 14:15 Milon	12:15 - 13:15 Milon	13:45 - 14:45 Milon	12:45 - 13:45 Milon
13:30 - 14:30 Milon	14:30 - 15:30 Milon	13:30 - 14:30 Milon	14:30 - 15:30 Milon	13:30 - 14:30 Milon	15:00 - 16:00 Milon	
14:45 - 15:45 Milon	15:45 - 16:45 Milon	14:45 - 15:45 Milon	15:45 - 16:45 Milon	14:45 - 15:45 Milon	16:15 - 17:15 Milon	
16:00 - 17:00 Milon	17:00 - 18:00 Milon	16:00 - 17:00 Milon	17:00 - 18:00 Milon	16:00 - 17:00 Milon		
17:15 - 18:15 Milon	18:15 - 19:15 Milon	17:15 - 18:15 Milon	18:15 - 19:15 Milon	17:15 - 18:15 Milon		
18:30 - 19:30 Milon	19:30 - 20:30 Milon	18:30 - 19:30 Milon	19:30 - 20:30 Milon	18:30 - 19:30 Milon		
19:45 - 20:45 Milon	20:45 - 21:45 Milon	19:45 - 20:45 Milon	20:45 - 21:45 Milon	19:45 - 20:45 Milon		
21:00 - 22:00 Milon		21:00 - 22:00 Milon		21:00 - 22:00 Milon		

- Ausdauer
- Gesundheit
- Kraft
- Milon
- Sauna
- Trainingsfläche

Stand: 12.07.2020