

# Kursplan CrossFit

ab 01. Januar 2024

<b>MO</b>	17.30-18.30 Uhr	CrossFit	mit Jenn
	18.30-19.30 Uhr	CrossFit	mit Jenn
<b>DI</b>	09.00-10.00 Uhr	CrossFit	mit Julia
	17.45-18.45 Uhr	CrossFit	mit Christian
	18.45-19.45 Uhr	CrossFit	mit Pascal
<b>MI</b>	17.45-18.45 Uhr	CrossFit	mit Reto/Valeria
	18.45-20.00Uhr	Funct. Bodybuilding	mit Reto/Valeria
<b>DO</b>	09.00-10.00 Uhr	CrossFit	mit Jenn
	18.15-19.15 Uhr	CrossFit	mit Jenn
<b>FR</b>	09.00-10.00 Uhr	CrossFit	mit Julia
	18.00-19.00 Uhr	Funct. Bodybuilding	mit Jerry *
<b>SA</b>	09.15-10.15 Uhr	CrossFit	WOD
	10.15-11.15 Uhr	CrossFit	WOD
<b>SO</b>	10.15-11.15 Uhr	CrossFit	WOD

\* nicht wöchentlich. Termine gemäss APP

Teilnahme nur mit Anmeldung über MySports APP. Bei Fragen zur Anmeldung helfen wir Dir gerne. Dein Plan C Team

[www.plan-c-fitness.ch](http://www.plan-c-fitness.ch)  
[info@plan-c-fitness.ch](mailto:info@plan-c-fitness.ch)

[plan\\_c\\_fitness](https://www.instagram.com/plan_c_fitness)  
[@planfitness](https://www.facebook.com/planfitness)

