

PROJECT

# NORDFIT

## FUNCTIONAL BOOTCAMP PLAN

Das Bootcamp findet zweimal am Tag statt. Wir empfehlen, mindestens dreimal pro Woche teilzunehmen.

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
06:15 – 07:10	FUNCTIONAL BOOTCAMP	FUNCTIONAL BOOTCAMP	FUNCTIONAL BOOTCAMP	FUNCTIONAL BOOTCAMP	FUNCTIONAL BOOTCAMP		
11:00 – 11:55							FUNCTIONAL BOOTCAMP
12:10 – 13:05		FUNCTIONAL BOOTCAMP		FUNCTIONAL BOOTCAMP			
18:00 – 18:55	FUNCTIONAL BOOTCAMP		FUNCTIONAL BOOTCAMP				
19:10 – 20:05					FUNCTIONAL BOOTCAMP		