

FITFABÚNOR



měsíční fitness výzva

1. TÝDEN

- **COFFEE YOGA** Light
- **Taneční jízda** s Niki
- svižná procházka

1. - 6.

3. TÝDEN

- **CORE** Strong
- **PARTY** Stronger
- **HOLD** Strongest
- **Bosu** ABS

14. - 20.

2. TÝDEN

- **ROBOTIC** Stronger
- svižná procházka
- **LEGS** Light
- **Taichi** YOGA

7. - 13.

4. TÝDEN

- Power **BODY**
- **BE** Stronger
- svižná procházka
- Power **ATTACK**

21. - 28.

FITFABI **STRONG**

FITFABÚNOR



měsíční fitness výzva

1. TÝDEN

- COFFEE YOGA** Light
- Taneční jízda** s Niki
- svižná procházka

1. - 6.

3. TÝDEN

- CORE** Strong
- PARTY** Stronger
- HOLD** Strongest
- Bosu** ABS

14. - 20.

2. TÝDEN

- ROBOTIC** Stronger
- svižná procházka
- LEGS** Light
- Taichi** YOGA

7. - 13.

4. TÝDEN

- Power **BODY**
- BE** Stronger
- svižná procházka
- Power **ATTACK**

21. - 28.

FITFABI | **STRONG**