LABIANDO®

ÜBUNGSPLAN VON

	1x	2x	3x	MIN.
MO				
DI				
MI				
DO				
FR				
SA				
SO				

	1x	2x	3x	MIN.
MO				
DI				
MI				
DO				
FR				
SA				
SO				

	1x	2x	3x	MIN.
MO				
DI				
MI				
DO				
FR				
SA				
SO				

	1x	2x	3x	MIN.
MO				
DI				
MI				
DO				
FR				
SA				
SO				

www.labiando.com