

LA KATY FOX

Workout Challenge November

#thelakatyfoxchallenge

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
30	31	01 4 Min Plank	02 Beyonce Butt Workout	03 Bauch Workout	04 FREI	05 4 Min Plank
		LET'S START	Fav Po Workout			
06 Strong like Wonder Woman	07 Ultivmatives HIIT Workout	08 4 Min Plank	09 Ultimate 2016 Ab Workout	10 10 Minute Ab Workout	11 FREI	12 4 Min Plank
	VERGISS NICHT DEINE ERFAHRUNGEN AUF INSTA ZU POSTEN			#THELAKATYFOXCHALLENGE		
13 Booty Workout	14 Total Body Slim Down	15 4 Min Plank	16 Train Insane HIIT	17 Unteres Bauchfett	18 FREI	19 4 Min Plank
		HALBZEIT ♥				
20 Bauch Beine Po Extrem HIIT	21 Victoria Secret Abs	22 4 Min Plank	23 10 Min Intense Ab Workout	24 Fat burning Cardio	25 FREI	26 4 Min Plank
			NUR NOCH EINE WOCHE			
27 Best HIIT Cardio Workout	28 Total Body Slim Down	29 4 Min Plank	30 Best Exercises for Burning Calories	01 Wie hat es dir gefallen? Schreib mir :)	02	03
			DONE ♥			

www.lakatyfox.com