

# LA KATY FOX

## Workout Challenge Mai

#thelakatyfoxchallenge

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
30	01 10 Min Sixpack	02 5 Min Plank	03 Fat Burning Cardio 10 Min	04 15 min Ballet Workout	05 Frei	06 5 Min Plank
	<b>LET'S START</b>					
07 Max Fettverbrennung 12 Min	08 10 Min Intense Ab Workout	09 5 Min Plank	10 Intense Lower Abs Workout 12 Min	11 15 min Fat Burner Workout	12 FREI	13 5 Min Plank
14 Best Ab Workout 10 Min	15 Sexy Arms in 10 Min	16 5 Min Plank	17 How to lose weight 12 Min	18 15 Min Oberkörper trainieren	19 FREI	20 5 Min Plank
21 Tabata Hardcore 15 Min	22 10 Min Booty Burn	23 5 Min Plank	24 Advanced Abs 10 Min	25 12 Min Max Fettverbrennung	26 FREI	27 5 Min Plank
28 Bauch Beine Po 12 Min	29 10 Min Bauchworkout	30 5 Min Plank	31 Max Fettverbrennung 12 Min	01	02	03
			<b>DONE</b>			

[www.lakatyfox.com](http://www.lakatyfox.com)