

# LA KATY FOX

## Workout Challenge Juni

#thelakatyfoxchallenge

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
28	29	30	31	01 Tabata Hardcore 15 Min	02 FREI	03 5 Min Plank
				<b>LET'S START</b>		
04 Bauch 10 Min	05 Best HIIT 10 Min	06 5 Min Plank	07 Booty Burn 10	08 Bauchworkout 16 Min	09 FREI	10 5 Min Plank
11 Bauchworkout 10 Min	12 Intense Ab 10 Min	13 5 Min Plank	14 Beyonce Butt Workout 2 mal 7 Min	15 Max Fettverbrennung 15 Min	16 FREI	17 5 Min Plank
18 Intense Ab 10 Min	19 Legs 10 Min	20 5 Min Plank	21 Abs 10 Min	22 Unteres Bauchfett 12 Min	23 FREI	24 5 Min Plank
25 Cardio Abs 10 Min	26 10 Min Abs	27 5 Min Plank	28 10 Min Abs	29 Full Body Workout 29 Min	30 FREI	01
				<b>DONE</b>		

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