

Group-Fitness 01.08.2022 – 07.08.2022

Tag	Von	Bis	Art	Instruktor	Ersatz
Montag	10.30	11.30	Body Pump	Kerstin	
Dienstag	09.15	10.15	Dance Aerobic	Lidia M.	
	10.30	11.30	Vinyasa Flow Yoga	Lidia M.	
	18.00	19.00	NEU! Pilafit	Joschua	
	19.15	20.15	Zumba	Sharon	
Mittwoch	08.30	09.30	BodyPump®	Sarah	
	09.45	10.45	Body Mix	Andrea	
	11.00	12.00	Toning	Réka	
	12.15	13.15	Five Fit	Réka	
	18.00	18.55	Toning	Sonja	
	19.10	20.00	Word Jumping	Ana	Susann
	20.10	21.10	Tri Yoga	Astrid	Maria
Donnerstag	8.30	9.30	World Jumping Basic	Ana	Susann
	09.45	10.45	Zumba	Nichy	Pilar
	11.00	11.50	Rückenfit	Réka	
	12.05	13.05	BodyPump®	Marco	Rossana
	19.15	20.15	Zumba	Pilar	
Freitag	08.15	09.15	BodyPump®	Olaf	
	10.00	11.00	Pilates	Réka	
Samstag	08.30	09.20	Step Dance	Nichy	Inna
	09.30	10.30	Zumba	Nichy	Inna
	10.45	11.45	Word Jumping	Ana	Susann
Sonntag	10.30	11.30	BodyPump®	Olaf	

Anmeldung: <https://www.fitness-muehleMATT.ch/group-fitness.html> 6 Tage vor Kursbeginn möglich.
ÄNDERUNGEN vorbehalten.

Taschen und Kleider gehören aus hygienischen Gründen und Anstand nicht in den Kursraum!

Wir freuen uns auf Euch! Euer Fitness-MuehleMATT Team