

Group-Fitness 02.08.2021 – 08.08.2021

Tag	Von	Bis	Art	Instruktor	Ersatz
Montag	09.00	10.00	Toning	Sandra	
	10.15	11.15	Tai Chi	Sandra	
	12.00	13.00	Pilates im August Sommerpause	Eva	
	18.00	18.50	Toning	Sonja	
	19.00	20.00	BodyPump®	Zoé	
Dienstag	09.15	10.15	Dance Aerobic	Lidia M.	
	10.30	11.30	Vinyasa Flow Yoga	Lidia M.	
	18.00	19.00	Rücken Fit	Brigitte	
	19.15	20.15	Zumba	Sharon	
Mittwoch	08.30	09.30	BodyPump®	Sarah	
	09.45	10.45	Zumba	Lesly	
	11.00	12.00	Toning	Réka	
	12.15	13.15	Five Fit	Réka	
	18.00	19.00	Toning	Sonja	
	20.10	21.10	Tri Yoga	Astrid	Anastasia
Donnerstag	8.30	9.30	World Jumping	Ana	
	09.45	10.45	Zumba	Lesly	
	11.00	11.50	Rückenfit	Réka	
	12.05	13.05	BodyPump®	Marco	
Ersatzkurs	19.30	20.30	Senso Gym	Réka	
Freitag	08.15	09.15	BodyPump®	Olaf	
	10.00	11.00	Pilates	Réka	
Samstag	09.30	10.30	Zumba	Nichy	
	10.45	11.45	World Jumping	Ana	
Sonntag	10.30	11.30	BodyPump®	Kerstin	

Liebe Kursteilnehmer

Im Moment können leider nur zwischen 10-20 Teilnehmer pro Lektion teilnehmen. Jeder muss sich bitte für den von ihm gewünschten Kurs vorher online anmelden.

Anmeldung: <https://www.fitness-muehle matt.ch/group-fitness.html> 6 Tage vor Kursbeginn möglich. Wir möchten auch darauf hinweisen, dass sich der Kursplan in dieser Corona-Phase sich kurzfristig ändern kann. Wir freuen uns auf Euch! Euer Fitness-Möhlematt Team

Keine Maskenpflicht!

ÄNDERUNGEN vorbehalten!