

Group-Fitness 03.05.2021 – 09.05.2021

Tag	Von	Bis	Art	Instruktor	Ersatz
Montag	09.00	10.00	Toning	Sandra	Maskenpflicht
	10.15	11.15	Tai Chi	Sandra	
	12.00	13.00	Pilates	Eva	
	18.00	18.50	Toning	Sonia H	Maskenpflicht
	19.00	20.00	Body Pump	Zoe	Maskenpflicht
Dienstag	09.15	10.15	Dance Aerobic	Lidia M.	Maskenpflicht
	10.30	11.30	Vinyasa Flow Yoga	Lidia M.	
	18.00	19.00	Rücken Fit	Brigitte	
	19.15	20.15	Zumba	Sharon/Inna	Maskenpflicht
Mittwoch	08.30	09.30	BodyPump®	Sarah	Maskenpflicht
	09.45	10.45	Zumba	Lesly	Maskenpflicht
	11.00	12.00	Toning	Réka	Maskenpflicht
	12.15	13.15	Five Fit	Réka	
	18.00	19.00	Toning	Sonja	Maskenpflicht
	20.10	21.10	Tri Yoga	Astrid	
Donnerstag	8.30	9.30	World Jumping	Ana	
	09.45	10.45	Zumba	Lesly	Maskenpflicht
	11.00	11.50	Rückenfit	Réka	
	12.05	13.05	BodyPump®	Marco	Maskenpflicht
Ersatzkurs	19.30	20.30	Senso Gym	Réka	
Freitag	08.15	09.15	BodyPump®	Olaf	Maskenpflicht
	10.00	11.00	Pilates	Réka	
Samstag	08.30	09.20	Strong Nation	Nichy	Maskenpflicht
	09.30	10.30	Zumba	Nichy	Maskenpflicht
	10.45	11.45	World Jumping	Ana	
Sonntag	10.30	11.30	BodyPump®	Olaf	Maskenpflicht

Liebe Kursteilnehmer

Im Moment können leider nur zwischen **8-14 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-Mühlematt Team

Bitte vergesst, wo nötig Eure Maske nicht!

ÄNDERUNGEN vorbehalten!