

Group-Fitness 03.08.2020–09.08.2020

Tag	Von	Bis	Art	Instruktor	Ersatz
Montag	09.00	10.00	Toning	Sandra N.	
	10.15	11.15	Tai Chi	Sandra N.	
	12.00	13.00	Pilates	Eva	Lidia M.
	18.30	19.30	BodyPump®	Zoé	
Dienstag	9.00	10.00	Rückenfit	Ibrahim	
	10.30	11.30	Vinyasa Flow Yoga	Lidia M.	
	18.00	19.00	Rücken Fit	Brigitte	
	19.15	20.15	ZUMBA	Lesly	Nichy
Mittwoch	08.30	09.30	BodyPump®	Sarah	
	09.45	10.45	ZUMBA Gold	Lesly	
	11.00	12.00	Toning	Réka	
	12.15	13.15	Five Gym	Réka	
	18.00	19.00	Toning	Sonja H.	
	20.10	21.10	Tri Yoga	Astrid	Sanja
Donnerstag	09.45	10.45	ZUMBA	Lesly	Inna
	11.00	11.50	Rückenfit	Réka	
	12.05	13.05	BodyPump®	Marco	
	19.30	20.30	WORLD JUMPING® Intervall	Réka	
Freitag	08.10	09.10	BodyPump®	Olaf	
	10.00	11.00	Pilates	Réka	
Samstag	08.10	09.10	Step II (mittel)	Beatrice	
	09.30	10.30	ZUMBA	Lesly	Eva-Maria
	10.45	11.45	WORLD JUMPING®	Ana	Mirjam
Sonntag	10.30	11.30	BodyPump®	Kerstin	

Liebe Kursteilnehmer

Wir bitten um Verständnis, dass wir den Kursplan aufgrund von den Schutzbedingungen des BAG Ändern mussten. Leider können wir nicht alle Kurse aus unserem alten Programm anbieten.

Im Moment können nur **18 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