

## Group-Fitness 26.07.2021 – 01.08.2021

Tag	Von	Bis	Art	Instruktor	Ersatz
<b>Montag</b>	09.00	10.00	Toning	Sandra	
	10.15	11.15	Tai Chi	Sandra	
	12.00	13.00	Pilates <b>im August Sommerpause</b>	Eva	Lidia
	18.00	18.50	Toning	Sonja	
	19.00	20.00	BodyPump®	Zoé	
<b>Dienstag</b>	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	
<b>Mittwoch</b>	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
<b>Donnerstag</b>	8.30	9.30	World Jumping	Ana	Jana
	09.45	10.45	Zumba	Lesly	
	11.00	11.50	Rückenfit	Réka	
	12.05	13.05	BodyPump®	Marco	
<b>Ersatzkurs</b>	<b>19.30</b>	<b>20.30</b>	<b>Senso Gym</b>	Réka	
<b>Freitag</b>	08.15	09.15	BodyPump®	Olaf	
	10.00	11.00	Pilates	Réka	
<b>Samstag</b>	09.30	10.30	Zumba	Nichy	
	10.45	11.45	World Jumping	Ana	Réka
<b>Sonntag</b>	10.30	11.30	BodyPump®	Leo	

Liebe Kursteilnehmer

Im Moment können leider nur zwischen 15-20 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!**