


Group-Fitness 15.07.2024 - 21.07.2024

Tag	Von	Bis	Art	Instruktor	Ersatz
Montag	08.45	09.45	Toning	Sandra	
	10.00	10.55	Fitness Tai Chi	Sandra	
	11.00	12.00	Pilates	Marta	Eva
	12.15	13.00	Power Circuit	Ibrahim	
	13.15	14.15	Cycling für alle und Sehbehinderte	Imad	Sommerpause
	18.00	18.50	Toning	Sonja	
	19.00	20.00	Body Pump	Zoé	Sarah
Dienstag	08.15	09.15	BBP-0	Ana H.	
	09.30	10.25	Dance Aerobic	Lidia M.	
	10.30	11.30	Vinyasa Flow Yoga	Lidia M.	
	18.00	19.00	Pilafit	Joschua	
	19.15	20.15	Zumba	Sharon	Paola
Mittwoch	08.30	09.30	BodyPump®	Sarah	
	09.45	10.45	Body Mix	Andrea	Nicole P.
	12.15	13.15	Rückenfit	Ana L.	Ibrahim
	18.00	18.55	Toning für BBP	Sonja	
	19.10	20.00	World Jumping	Ana H.	
	20.10	21.10	Tri Yoga	Astrid	Sommerpause
Donnerstag	08.30	09.30	BBP	Ana H.	
	09.45	10.45	Zumba	Paola	
	11.00	12.00	Rückenfit	Ana L.	
	12.15	13.00	HIIT Core Express	Ibrahim	
	19.15	20.15	Zumba	Pilar	Paola
Freitag	08.15	09.15	Body Pump	Olaf	
	09.30	10.25	Barre	Samantha	
	10.30	11.30	Pilates	Marta	Sommerpause
	17.15	18.15	Body Mix	Andrea	Fällt aus
Samstag	8.30	09.20	Step Dance	Nichy	
	9.30	10:30	Zumba	Nichy	
	10.45	11.45	World Jumping	Ana H.	Janine
Sonntag	10.30	11.30	Body Pump	Sven	

Anmeldung: <https://fitness-muehlematt.ch/group-fitness/termin-buchen/> 6 Tage vor Kursbeginn möglich.
ÄNDERUNGEN vorbehalten.