

Group-Fitness 22.12.2025 – 28.12.2025

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	Melanie
	12.15	13.00	Power Circuit	Ibrahim	
	13.15	14.15	Christmas Cycling für alle und Sehbehinderte mit anschl. Apéro	Imad	
	18.00	18.50	Toning	Sonja	
	19.00	20.00	Body Pump	Janine	
Dienstag	08.15	09.15	Body Boost	Ana	
	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	
Heiligabend	09.15	10.15	Zumba	Paola	
Weihnachten 25.12.25			Geschlossen		
Stephanstag	09.15	10.15	Body Pump	Janine	
Samstag	8.30	09.20	Step	Nichy	
	9.30	10.30	Zumba	Nichy	
	10.45	11.45	World Jumping	Ana	
Sonntag	10.30	11.30	Body Pump	Sarah	

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