


Group-Fitness 23.12.2024 – 29.12.2024

Tag	Von	Bis	Art	Instruktor	Ersatz
Montag	08.45	09.45	Toning	Sandra	Samantha
	10.00	10.55	Fitness Tai Chi	Sandra	Fällt aus
	11.00	12.00	Pilates	Marta	Christine
	12.15	13.00	Power Circuit	Ibrahim	
	13.15	14.15	Cycling für alle und Sehbehinderte	Imad	
	18.00	18.50	Toning	Sonja	
	19.00	20.00	Body Pump	Zoé	
Dienstag	10:30	11:30	BBP-0	Ana H.	
Heiligabend	11.45	12.45	Pilates	Ana H.	
Mittwoch 25. Dez.			Weihnachten Geschlossen		
Donnerstag Stephanstag	10.30	11.30	HIIT Tabata Core	Ibrahim	
Freitag	08.15	09.15	Body Pump	Olaf	
	09.30	10.25	Barre	Samantha	
	10.30	11.30	Pilates	Marta	Christine
	17.15	18.15	Body Mix	Andrea	
Samstag	8.30	09.20	Step Dance	Nichy	
	9.30	10:30	Zumba	Nichy	
	10.45	11.45	World Jumping	Ana H.	
Sonntag	10.30	11.30	Body Pump	Kerstin	

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