

KURSPROGRAMM ab 3. Januar 2017

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:45	smartAbs+ 55' Marlene		Pilates 60' Kerstin			<p>gemäss Wochenend- planung Team</p> <p>Das aktuelle Wochenend- programm findest du auf www.loft3284.ch</p>	
09:30				Yoga 60 - 75' Stephanie	TRX 60' Tina		
09:50	move2fit 60' Marlene						
10:00			Fitboxe 60' Helene				
18:00			smartAbs+ 45' Helene				
18:30		Pump 60' Simon					
19:00	move2fit 60' Marlene		Fitboxe 60' Helene	Sypoba 60' Tina	Pump 60' Simon (am 1. Freitag im Monat)		
19:35		Fitboxe 60' Sandra					
20:05	smartAbs+ 55' Marlene		Pilates 60' Kerstin				