



SOMMER SPEZIAL 9. JULI - 5. AUGUST 2018

Trainiere während dem SommerSpezial für nur CHF 10 pro Kurs bzw. CHF 20 Pauschal pro Woche bei uns im LOFT!
Bitte um Anmeldung an 078 704 26 43! Ab 4 Teilnehmer finden die Kurse statt. Weitere Infos unter www.loft3284.ch.

MO 09.07.	18:15	fitboxe	Helene
DI 10.07.	18:30	pump	Simon
	19:35	TRX	Tina
MI 11.07.	08:45	pilates	Kerstin
	10:00	fitboxe	Helene
	18:00	M.A.X. toning	Helene
	19:00	fitboxe	Helene
	20:05	pilates	Kerstin
DO 12.07.	09:30	yoga	Stephanie
SA 14.07.	10:00	pilates	Kerstin

DI 17.07.	18:30	pump	Simon
	19:35	TRX	Tina
MI 18.07.	18:00	M.A.X. toning	Helene
	19:00	fitboxe	Helene
DO 19.07.	19:00	syboba	Tina
FR 20.07.	09:00	Outdoor Training	Tina
SA 21.07.	10:00	fitboxe	Helene

MO 23.07.	08:45	smartAbs+	Marlene
	10:00	dance&tone	Marlene
	18:15	fitboxe	Helene
	19:30	TRX	Marlene
DI 24.07.	18:30	pump	Simon
	19:35	TRX	Tina
MI 25.07.	10:00	fitboxe	Helene
	19:00	M.A.X. toning	Marlene
DO 26.07.	19:00	syboba	Tina
FR 27.07.	09:00	Outdoor Training	Tina
SA 28.07.	08:45	dance&tone	Marlene
	10:00	TRX	Marlene

MO 30.07.	08:45	smartAbs+	Marlene
	10:00	dance&tone	Marlene
	18:15	fitboxe	Helene
	19:30	TRX	Marlene
DI 31.07.	18:30	pump	Simon
	19:35	TRX	Tina
DO 02.08.	19:00	syboba	Tina
FR 03.08.	09:00	Outdoor Training	Tina
SA 04.08.	08:45	dance&tone	Marlene
	10:00	fitboxe	Helene

Outdoor Training Treffpunkt im LOFT, das Training findet bei guter Witterung draussen statt (im Wald). Bitte Lauschuh für draussen, Trinkflasche und Handtuch mitbringen. Bei schlechter Witterung wird das Outdoor Training durch ein TRX Training ersetzt.

Anmeldungen **Per SMS oder WhatsApp an 078 704 26 43.** Für die Morgenkurse kannst du dich bis am Vorabend um 20 h anmelden und für die Abendkurse bis um 13 h. Auf unserer Website www.loft3284.ch informieren wir dich über die Durchführung der Kurse. Falls ein Kurs bereits grün ist, kannst du auch ganz spontan ohne Anmeldung ins Training kommen.

Kosten **Pro Kurs CHF 10 bzw CHF 20 Pauschal pro Woche.** Alle aktiven Abo's werden in dieser Zeit gestoppt und um vier Wochen verlängert. Das SommerSpezial-Angebot gilt für alle!