

# 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](http://www.loft3284.ch).

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

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

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

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

**Outdoor Training** Treffpunkt im LOFT, das Training findet bei guter Witterung draussen statt (im Wald). Bitte Laufschuh 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](http://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!