

LOFT

3284.CH

GROUP FITNESS in Fräschels

KURSPROGRAMM ab 6. August 2018

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Wochenende
08:45	smartAbs+ 60' Marlene		Pilates (ab 15.8.) 60' Kerstin	Yoga (ab 30.8.) 60 - 75' Stephanie	Das Wochenend- programm findest du auf: www.loft3284.ch
10:00	dance&tone 60' Marlene		Fitboxe 60' Helene	TRX BodyBlast (ab 30.8.) 50' Marlene	
18:00			M.A.X. toning 45' Helene		
18:15	Fitboxe 60' Helene				
18:30		Pump 60' Simon			
19:00			Fitboxe 60' Helene	Sypoba 60' Tina	
19:20	TRX BodyBlast 60' Marlene				
19:35		TRX Circuit 60' Tina			
20:05			Pilates (ab 15.8.) 60' Kerstin		

LOFT3284.CH | HAUPTSTRASSE 48 | 3284 FRÄSCHEL

www.loft3284.ch | info@loft3284.ch | www.facebook.com/loft3284

HELENE Koch 079 579 01 96 | **MARLENE Flühmann** 079 639 57 24