

# LOFT

# 3284.CH

## GROUP FITNESS in Fräschels

**KURSPROGRAMM** gültig ab 6. Januar 2020

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
08:45	<b>M.A.X.   toning   60'</b> Marlene		<b>Pilates   60'</b> Carla	
09:00				<b>TRX   60'</b> Marlene
10:00				
18:00			<b>M.A.X.   toning   45'</b> Helene   Marlene	
18:15	<b>Fitboxe   60'</b> Sara			<b>Pump   60'</b> Pascal
19:00		<b>TRX   60'</b> Marlene   Kathy	<b>Fitboxe   60'</b> Helene	
19:20	<b>TRX   60'</b> Marlene			
19:30				<b>Fitboxe   60'</b> Pascal
20:05			<b>Pilates   60'</b> Kerstin	

Das Wochenendprogramm findest du auf [www.loft3284.ch](http://www.loft3284.ch)

**LOFT3284.CH** | HAUPTSTRASSE 48 | 3284 FRÄSCHELS

[www.loft3284.ch](http://www.loft3284.ch) | [info@loft3284.ch](mailto:info@loft3284.ch) | Mobile 078 704 26 43

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