


GROUP FITNESS PLAN PFUNGEN

Gültig ab 01.05.2019

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08.00 – 08.55 Uhr Rücken Training Mary	08.00 – 08.55 Uhr Stretch & Faszien Martina	08.00 – 08.55 Uhr Fit & Vital Martina				
09.00 – 09.55 Uhr Zumba® Patrick	09.00 – 09.55 Uhr Body Toning Rebekka	09.00- 10.00 Uhr Body Pump® Katrin	09.00 – 09.55 Uhr Jumping Mix Rebekka	09.30 – 10.25 Uhr Pilates Nicole	09.00 – 09.55 Uhr Pilates Team	
09.00 – 09.55 Uhr Lauftraining (1) Rebekka	10.15 – 11.15 Uhr Hatha Yoga Nicole	09.00 – 9.50 Uhr Functional Circle (2) Rebekka	10.15– 11.10 Uhr TRX® Circuit (3) Rebekka	10.30 – 11.30 Uhr Tai Ji Susan	10.00 – 10.25 Uhr M.A.X® Gabi/Anja	11.00 - 12.00 Uhr Body Toning Barbara/Sabine
10.00 – 10.55 Uhr Pilates Fabienne		10:00 – 10.30 Uhr Sixpack Rebekka			10.30 – 11.30 Uhr Body Pump® Team	
					 <p>10er / 25er- Abonnement an der Rezeption erhältlich</p>	
12.15 – 13.15 Uhr Body Pump® Alexandra						
17.30 – 18.20 Uhr BBP Gabi	14.30 – 15.45 Uhr fitdankbaby® (4) Nicole			17.30 – 18.30 Uhr Body Pump® Corinne		
18.30 – 19.20 Uhr Indoor Cycling Team	18.00 – 18.55 Uhr Pilates Corinne	18.00 – 18.55 Uhr Rücken Training Mary				
19.30 – 20.25Uhr Jumping Mix Rebekka	19.00 – 19.55 Uhr Step Barbara	19.00 - 20.00 Uhr Body Pump® Anja	19.30 – 20.30 Uhr Hatha Yoga Giuliana			
	20.00 – 20.30 Sixpack Rebekka	20.00 – 20.30 Uhr Sixpack Anja				

Legende

- (1) Outdoor
- (2) Functional Tower
- (3) Functional Tower max. 6 Personen
- (4) Externe Anmeldung unter

www.fitdankbaby.ch