



## Februar

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag
Fit	B-Nord	Fit	B-Nord	Fit	B-Nord	Fit	B-Nord	Fit	B-Nord	Fit
				9.00-09.30	08.45-09.35					
09.00-9.50	09.00-10.30	09.00-9.50		Faszien T.	TRX &			09.00-09.50		09.00-09.50
FunTone	Yoga	Zumba		Rahel	Catslide	09.00-10.00		Pump		Pump
Moni	Regula	Kary		9.40-10.30	Maria	Bodytoning		Imran		Team
		10.00-11.00		RückenFit	09.45-10.45	Moni		10.00-11.00		10.00 11.00
		30' Bauch		Rahel	Yoga	10.00-10.55		M.A.X. &		Spinning
		30' Spinning			Cahrlotte	Zumba		Bauch		Team
		Maria				Kary		Maria		
12.15-13.00							12.15-13.05			
Pump							Spinning			
Salvatore							Reto			
				18.30-19.00						
				BAUCH-				18.00-19.00		
				BEINE-PO				Yoga		
				Catslide				Regula		
				Maria				19.15-20.00		
18.45-19.15	18.30-20.00	18.30-20.00		19.00-19.50		19.10-20.10	19.15-20.00			
M.A.X. &	Yoga	Spinning		Pump		Spinning	TRX &			
Bauch	Regula	Reto		Team		Reto	Catslide			
Maria							Maria			
19.30-20.20							20.00-20.50			
Pump							Strong by Z.			
Team							Kary			

Deiner Gesundheit zuliebe - erscheine pünktlich zur Lektion - benutze saubere Turnschuhe und ein Handtuch - trinke ausreichend

Bleiche-Nord Jonastrasse 8 \* 3. Stock \* (Vis a vis Markthalle)