



März

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					
09.00-09.50	09.00-10.30	09.00-09.50		Faszien T. Rahel	TRX & Catslide Maria	09.00-10.00		09.00-09.50		09.00-09.50
FunTone Moni	Yoga Regula	Zumba Kary		9.40-10.30	09.45-10.45	Bodytoning Moni		Pump Imran		Pump Team
		10.00-11.00		RückenFit Rahel	Yoga Cahrlotte	10.00-10.55		10.00-11.00		10.00 11.00
		30' Bauch 30' Spinning Maria				Zumba Kary		M.A.X. & Bauch Maria		Spinning Team
12.15-13.00						12.15-13.05				
Pump Salvatore						Spinning Reto				
				18.30-19.00						
				BAUCH- BEINE-PO Catslide Maria			18.00-19.00			
	18.30-20.00	18.30-20.00		19.00-19.50		19.10-20.10		Yoga Regula		
18.45-19.15	Yoga Regula	Spinning Reto		Pump Team		Spinning Reto		19.15-20.00		
M.A.X. & Bauch Maria								Funktionelles Zirkeltraining Maria		
19.30-20.20								20.00-20.50		
Pump Team								Strong by Z. 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)