

# Lektionen Herbst ab 19. November 2022

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>MusclePUMP</b> Jil 9:15 - 10:15		<b>Pilates</b> Rita 9:15 - 10:10				
					<b>MusclePUMP</b> Isabelle 10:00 - 11:00	<b>Fitboxen / MusclePUMP</b> 10:00 - 11:00
<b>STRONG Nation</b> Jsa 12:05 - 13:00			<b>Pilates / Yoga</b> Lana 12:05 - 13:00			Jeweils abwechselnd am 1. und 3. des Mt.
<b>Neu und zusätzlich ist FITBOXEN im Programm. Und ab November 2x monatlich auch sonntags Fitboxen oder Muscle Pump.</b>						
<b>BBP</b> Sveta 17:30 - 18:25						
<b>Fitboxen</b> Danijela 18:30 - 19:25	<b>Core</b> Sveta 18:00 - 18:55	<b>Kung Fit</b> Admir 18:00 - 18:55	<b>ZUMBA</b> Jsa 18:30 - 19:30	<b>MusclePUMP</b> Isabelle 18:30 - 19:30		
<b>MusclePUMP</b> Isabelle 19:30 - 20:30	<b>STRONG Nation</b> Jsa 19:00 - 19:55	<b>MusclePUMP</b> Isabelle 19:00 - 19:55				
<b>Kraft</b>			<b>Herz-Kreislauf</b>		<b>Tanz</b>	
<b>Gratis-Probelektion gegen Voranmeldung Tel. 062 296 20 20</b>						