

KURSPLAN

Whatsapp
Info-Gruppe

Code scannen
& beitreten.



Gültig ab: **01.10.2021**

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
					09.00 / 45' / Imran OUTDOOR Lauftreff	
09.00 / 55' / Lisita 	09.30 / 55' / Diana BBP		09.00 / 55' / Diana 	09.00 / 55' / Lisita 	10.00 / 30' / Imran 	10.00 / 55' / Larissa M.A.X. & Core
10.00 / 55' / Lisita Power Yoga	10.30 / 30' / Diana Faszien		10.00 / 30' / Diana Toning	10.00 / 55' / Lisita Power Yoga	10.35 / 55' / Imran 	11.05 / 55' / Piera + Jenny
12.15 / 45' / Janine HIIT			12.15 / 45' / Veri 			
	18.30 / 30' / Daniel 	18.00 / 55' / Imran 	18.00 / 55' / Elena 			
18.30 / 55' / Veri 	19.15 / 55' / Urs + Sabrina 	19.00 / 55' / Imran H.I.T. & Core	19.00 / 45' / Phil 			
19.30 / 55' / Elena 	20.15 / 30' / Urs + Sabrina 		20.00 / 55' / Stef 			

Kursplan ab Oktober

Samstags: Outdoor Training mit Imran
9:00 Treffpunkt vor dem
clever fit Studio Opfikon-Glattpark

NEU: Dienstagabend GRIT um 18:30
statt wie bisher 18:00.

Bodypump startet daher dienstags neu um 19:15.