

Kursplan / Plan des cours - GroupFitness

Gültig ab 3. Januar bis 6. Mai 2012 / Valable à partir du 3 janvier au 6 mai 2012

BlueRoom

	Montag	Mardi	Mittwoch	Jeudi	Freitag	Samedi	Sonntag
09.15	Bodytoning Denise	Low & Tone Barbara	ZUMBA Stela	LES MILLS BODYPUMP Carol	Autasa® 75' - Denise	LES MILLS CXWORX® 30' - Silvia	
10.00			10.30 LES MILLS CXWORX® 30' - Team			YogaMoves 75' Dominique	LES MILLS BODYPUMP Team
12.15	LES MILLS BODYPUMP Cinnamon		Bodytoning Denise		LES MILLS CXWORX® Mirjam		
16.45							LES MILLS CXWORX® 30' - Team
18.00	Low & Tone Barbara	RückenFit / Gym. du dos Monika	LES MILLS BODYPUMP Silvia	Bodytoning Claudia	ZUMBA FITNESS Ana Carolina		
19.00	HipHopMoves Nadine	HipHopMoves Step Denise	Power Yoga (19.15 – 20.10) Silvia	LES MILLS BODYPUMP Cinnamon	LES MILLS BODYPUMP Corinne		
20.00	FITBOXE Xhevat	LES MILLS BODYPUMP Carol	ZUMBA FITNESS ab 20.15 Uhr Ana Carolina	20.15 LES MILLS CXWORX® 30' - Cinnamon	20.15 LES MILLS CXWORX® 30' - Corinne		

GreenRoom

	Montag	Mardi	Mittwoch	Jeudi	Freitag	Samedi	Sonntag
09.15		RückenFit / Gym. du dos Claudia	SCHWINN CYCLING Kim				
10.00						SCHWINN CYCLING 90' - Team	
12.15		SCHWINN CYCLING Fabien		Hatha Yoga Dominique	SCHWINN CYCLING Stéphane		
17.30	Autasa® Denise						
18.30	SCHWINN CYCLING Marco	SCHWINN CYCLING 90' - Christine	SCHWINN CYCLING Debbie				
19.30	19.45 LES MILLS CXWORX® Team			SCHWINN CYCLING Stéphane			

Änderungen vorbehalten! Sous réserve de modifications