

Events 2012 (Januar bis Juni 2012)

GroupFitness FlowerPower Olten

Datum	Zeit	Raum	Thema	Inhalt
1. Januar 2012	10.30 – 12.00 Uhr	Blue Room	New Year Special	Ein Mix aus Body Pump & CXWORX
2. Januar 2012	09.30 – 11.30 Uhr	Blue Room/ Green Room	Spin&Pump Special	Ein Wechsel von der Pumpstange zum Bike
29. Januar 2012	09.00 – 12.00 Uhr	Green Room	Schwinn Cycling	3 Stunden Cycling Marathon
5. Februar 2012	09.30 – 11.30 Uhr	Blue Room	BodyPump, CXWORX and BodyCombat Special	Ein Mix aus BodyPump, CXWORX und BodyCombat
26. Februar 2012	09.00 – 12.00 Uhr	Green Room	Schwinn Cycling	3 Stunden Cycling Marathon
4. März 2012	09.00 – 13.00 Uhr	Blue Room	Fight Day	Ein energiegeladenes Workout für Kraft und Ausdauer

Datum	Zeit	Raum	Thema	Inhalt
18. März 2012	ca. 08.30 – 13.00 Uhr	Blue Room	Relaunch	Die neuen Les Mills Programme sind da (Body Pump, Body Combat, Body Balance und CXWORX).
25. März 2012	09.00 – 12.00 Uhr	Green Room	Schwinn Cycling	3 Stunden Cycling Marathon
1. April 2012	09.15 – 11.45 Uhr	Blue Room	Les Mills Super Special part 2	Für alle Les Mills Begeisterte oder solche, die es noch werden wollen.
6. Mai 2012	09.30 – 11.30 Uhr	Blue Room	Balance & Zumba Special	Mix aus Balance und Zumba
3. Juni 2012	09.30 – 11.30 Uhr	Blue Room	Body and Mind	Mix aus Pilates, ChiYoga und Body Toning
17. Juni 2012	ca. 08.30 – 13.00 Uhr	Blue Room	Relaunch	Die neuen Les Mills Programme sind da (Body Pump, Body Combat, Body Balance und CXWORX).

Änderungen bleiben vorbehalten und werden rechtzeitig mitgeteilt.