Group Fitness Stundenplan

STRONG FIT

Montag

Zeit	Lektion	Instructor/in	Standort	
19:00 - 19:50	Jumping Fitness®	Jacqueline	Kaltbrunn SG	Anmelden
20:00 - 20:55	ZUMBA® Fitness	Nicole	Wetzikon ZH	Anmelden
20:05 - 20:55	TRX® (body blast/circuit)	Jacqueline	Kaltbrunn SG	Anmelden
21:00- 21:30	Cross Training (Circuit)	Alexander	Wetzikon ZH	Anmelden

Dienstag

Zeit	Lektion	Instructor/in	Standort	
10:00 - 11:00	Basic Hatha Yoga	Larissa	Wetzikon ZH	Anmelden
18:00 - 19:00	Movesome Yoga	Larissa	Wetzikon ZH	Anmelden
20:05 - 20:55	Power for Warriors	Alexander	Wetzikon ZH	Anmelden

Mittwoch

Zeit	Lektion	Instructor/in	Standort	
09:00 - 10:00	Hatha Yoga & Meditation	Larissa	Wetzikon ZH	Anmelden
18:00 - 18:55	ZUMBA® Fitness	Nicole	Wetzikon ZH	Anmelden
19:00 - 19:40	Cross Training (Spez.)	Alexander	Wetzikon ZH	Anmelden
20:15 - 21:05	Jumping Fitness®	Jacqueline	Kaltbrunn SG	Anmelden

Donnerstag

Zeit	Lektion	Instructor/in	Standort	
12:00 - 12:45	bootcamp (Pfingstweid)	Alexander	Zürich ZH	Anmelden
19:00 - 19:55	Power Pump	Jasmin	Wetzikon ZH	Anmelden
20:15 - 21:10	Jumping Fitness®	Jasmin	Wetzikon ZH	Anmelden
20:15 - 21:05	TRX® & Catslide	Jacqueline	Kaltbrunn SG	Anmelden

Freitag

Zeit	Lektion	Instructor/in	Standort	
09:00 - 10:00	Hatha Yoga & Meditation	Larissa	Wetzikon ZH	Anmelden
18:00 - 19:00	Basic Hatha Yoga	Larissa	Wetzikon ZH	Anmelden
19:15 - 20:15	Movesome Yoga	Larissa	Wetzikon ZH	Anmelden

Samstag

Zeit	Lektion	Instructor/in	Standort	
09:00 - 09:55	ZUMBA® Fitness	Nicole	Wetzikon ZH	Anmelden