

Gültig ab: Herbst 2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	08:00-08:30 Power Plate®	08:00-08:30 Power Plate®	08:00-08:30 Power Plate®	08:00-08:30 Power Plate®	
08:30-09:00 Power Plate®	08:30-09:00 Power Plate®	08:30-09:00 Power Plate®	08:30-09:00 Power Plate®	08:30-09:00 Power Plate®	
09:10-10:10 Pilates*	10:15-11:00 FIT Functional*	09:10-10:10 Pilates*	9:10-10:10 FIT Cardio*		
10:15-11:15 TRX Astrid*					
			13:45-14:45 Pilates Rücken*		
17:30-18:00 Power Plate®					
18:00-18:30 Power Plate®	18:00-18:30 Power Plate®		18:00-18:30 Power Plate®		
18:35-19:35 Pilates Beginner/Faszien*	18:30-19:00 Power Plate®		18:30-19:00 Power Plate®		
19:40-20:40 Pilates Fortgeschritten*	19:00-19:30 Power Plate®	18:15-19:15 Deep Work®*	19:00-19:30 Power Plate®		
	19:35-20:35 Pilates Mittel*	19:30-20:30 TRX Doro	19:30-20:00 Power Plate®		
			20:00-21:00 Circuit Natalia		

Kleingruppen: mind. 4, max. 10 Personen, online Anmeldung unter www.fittreffpoint.ch, Tel. 076 585 64 72

*Kurse sind Qualitop zertifiziert & KK-anerkannt