GROUP FITNESS SPECIAL WEEK
AF WÄDENSWIL
5. – 11. Juni 2023

Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
Montag	Vital-Fit	Susanne O.	09:00 - 09:55
	Power Yoga	Susanne O.	10:00 - 11:15
	Yin Yoga sound healing	**Linda K.**	**14:00 - 15:10**
	Coretraining	Melina A.	17:30 - 17:55
	Bodytoning	Melina A.	18:00 - 18:55
	ZUMBA®	Paola P.	19:00 - 19:55
	BODYPUMP®	Francisca B.	20.00 - 20.55
Dienstag	**Toning meets CORE®**	**Tanja P.**	**09:00 - 09:55**
	BODYPUMP®	Tanja P.	10:00 - 10:55
	BODYPUMP®	Yves E.	18:00 - 18:55
	Pilates	Peter U.	19:10 - 20:05
Mittwoch	Bodytoning	Sandra M.	08:10 - 09:05
	Pilates Flow	**Daniela K.**	**09:10 - 10:05**
	ZUMBA®	Paola P.	10:10 - 11:05
	BODYATTACK® meets BODPUMP®	**Nicole M.**	**18:00 - 18:55**
	Yin Yoga	Nathalie S.	19:00 - 19:55
Donnerstag	BODYATTACK®	Iris D.	08:30 - 08:55
	Tone meets CORE® & GRIT®	**Iris D.**	**09:00 - 09:55**
	Yoga	Susanne O.	10:00 - 11:10
	Pilates Flow	**Daniela K.**	**12:00 - 12:55**
	ZUMBA®	Alessia V.	18:00 - 18:55
	BODYPUMP® meets CORE®	**Nicole M.**	**19:00 - 19:55**
Freitag	Bodytoning	Astrid K.	08:10 - 09:05
	Vital-Fit	Valérie H.	09:10 - 10:05
	BODYPUMP®	Valérie H.	10:10 - 11:05
	BODYATTACK®	Roger B.	18:00 - 18:55
Samstag	Pilates	Andrea W./Daniela K.	09:30 - 10:25
	ZUMBA®	Paola P.	10:30 - 11:25
	Bodytoning	Patricia H.	16:00 - 16:55
Sonntag	BODYATTACK®	Roger B.	09:30 - 10:25
	Coretraining	Stefanie E./Roger B.	10:30 - 10:55
	BODYPUMP®	Stefanie E./Roger B.	11:00 - 11:55

Die Änderungen in Rot finden nur vom 05. – 11. Juni 2023 statt.

Betreutes Kinderparadies (Kinder bis zum 9. Geburtstag)

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag	08:45 – 11:30
Montag (Nachmittag)	13:30 – 16:30
Mittwoch	08:00 – 11:30
Samstag	09:15 – 12:15

Änderungen **fett.** Kurzfristige Änderungen findest du in unserer App oder auf unserer Website **www.activfitness.ch**