

# Kursprogramm RED WEEKEND Arbon



30. Oktober – 5. November

Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
<b>Montag</b>	Bodytoning	Alexandra S.	09:00 – 09:55
	ZUMBA®	Azumi H.	10:00 – 10:55
	Vital Fit	Margrit B.	14:00 – 14:55
	Step	Daniel B.	18:00 – 18:55
	Bodytoning	Patricia N.	19:00 – 19:55
	Pilates	Fernanda M.	20:00 – 20:55
<b>Dienstag</b>	FunTone®	Marion P.	09:00 – 09:55
	Vital Fit	Margrit B.	10:00 – 10:55
	ZUMBA®	Leidy V.	18:00 – 18:55
	BODYPUMP®	Nicole F.	19:00 – 19:55
<b>Mittwoch</b>	Rückentraining	Natalie B.	09:00 – 09:55
	Step	Daniel B.	18:00 – 18:55
<b>Donnerstag</b>	Antara®	Margrit B.	09:00 – 09:55
	ZUMBA®	Angela K.	10:00 – 10:55
	M.A.X.®	Simone F.	18:00 – 18:25
	Rücken Bauch	Simone F.	18:30 – 18:55
	TôSôX®	Irene G.	19:00 – 19:55
	Yoga	Jasmina B.	20:00 – 20:55
<b>Freitag</b>	Hatha Yoga «Go with the FLOW»	Adriana O.	09:00 – 09:55
	ZUMBA®-Gold - ZUMBA® in RED!	Claudia H.	10:00 – 10:55
	BODYPUMP® «OLD but GOLD»	Angela K.	18:00 – 18:55
<b>Samstag</b>	FunTone® «FLOW»	Marion P.	10:00 – 10:55
<b>Sonntag</b>	Hatha Yoga mit Harmonium	Michael O.	10:00 – 11:25

## Betreutes Kinderparadies (Kinder bis zum 9. Geburtstag)

Montag bis Freitag: 08:45 - 11:30

## Aktuelles Kursprogramm online

