



Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
<b>Montag</b>	Pilates	Oriana B.	09:00 - 09:55
	CORE®	Nicole E.	10:00 - 10:40
	BODYPUMP®	Mirjam B.	12:15 - 13:10
	BODYPUMP®	Mike N.	18:00 - 18:55
	BODYCOMBAT®	Livia F.	19:00 - 19:55
	Power Yoga	Nicole E.	20:00 - 20:55
<b>Dienstag</b>	ZUMBA®	Beatriz I.	09:00 - 09:55
	BODYPUMP®	Carol M.	10:00 - 10:55
	CORE®	Andrea K.	12:15 - 12:40
	<b>Functional Grouptraining* NEU !</b>	<b>Fitness Team</b>	<b>12:30 - 13:15</b>
	BODYATTACK®	Andrea K.	12:45 - 13:10
	CORE®	Ramona K.	17:30 - 17:55
	Pilates	Ramona K.	18:00 - 18:55
	BODYSTEP®	Nathaly S.	19:00 - 19:55
	BODYPUMP®	Nathaly S.	20:00 - 20:55
<b>Mittwoch</b>	Pilates	Lucia H.	09:00 - 09:55
	CORE®	Lucia H.	10:00 - 10:25
	BODYATTACK®	Lucia H.	10:30 - 10:55
	Power Yoga	Nicole E.	12:15 - 13:10
	BODYCOMBAT®	Letizia L.	18:00 - 18:55
	BODYPUMP®	Mirjam B.	19:00 - 19:55
	Vinyasa Yoga	Susanne S.	20:00 - 20 :55
<b>Donnerstag</b>	BODYPUMP®	Mirjam B.	06:45 - 07:30
	Yoga	Ines H.	10:00 - 10:55
	BODYPUMP®	Margret H.	12:15 - 13:10
	GRIT®	Carol M.	17:50 - 18:15
	CORE®	Carol M.	18:25 - 18:50
	BODYATTACK ®	Sabrina P.	19:00 - 19:55
<b>Freitag</b>	ZUMBA® «Zumba Step»	Beatriz I.	09:00 - 09:55
	BODYPUMP® meets «spicy»	Nicole E.	10:00 - 10:55
	CORE® «Back to CXWorX»	Christine F.	12:15 - 12:40
	GRIT® meets BODYCOMBAT®	Christine F.	12:45 - 13:10
	BODYPUMP® meets GRIT® STRENGTH	Mike H.	17:30 - 18:25
	GRIT® «Old School»	Mike H.	18:30 - 18:55
<b>Samstag</b>	GRIT® «Old School»	Mike H.	09:25 - 09:50
	Pilates meets classical Music	Lucia H.	10:00 - 10:55
	BODYPUMP® «Old but Gold»	Lucia H.	11:00 - 11:55
	BODYATTACK ® «Attack & Core for more»	Alejandra S.	12:05 - 13:00
<b>Sonntag</b>	Pilates meets classical Music	Lucia H.	10:00 - 10:55
	BODYPUMP® «Old but Gold» & Techniktraining	Lucia H.	11:00 - 12:10
	Yoga ohne Stützübungen	Ines H.	12:20 - 13:15

\*findet auf der Fitness-Fläche statt

### Aktuelles Kursprogramm Online:



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

<b>Montag bis Freitag:</b>	08:45 - 11:30
<b>Samstag:</b>	09:00 - 12:15

Änderungen **fett**. Kurzfristige Änderungen findest du auf unserer App oder Website [www.activfitness.ch](http://www.activfitness.ch)