



Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
Montag	CORE®	Petra G.	09:00 - 09:40
	Power Yoga	Petra G.	09:50 - 10:45
	Bodytoning	Gina T.	18:00 - 18:55
	Functional Grouptraining*	Mike K.	18:00 - 18:45
	CORE®	Nino P.	19:00 - 19:25
	BODYPUMP®	Nino P.	19:30 - 20:25
Dienstag	FunTone®	Jodit K.	09:00 - 09:55
	Pilates	Jodit K.	10:00 - 10:55
	BODYPUMP®	Sarah E.	12:15 - 13:10
	Power Yoga	Lindsey B.	18:00 - 18:55
	M.A.X.®	Sarah E.	19:00 - 19:25
	Coretraining	Sarah E.	19:30 - 19:55
	Stretching	Sarah E.	20:00 - 20:40
Mittwoch	Intervall Training	Sara F.	09:00 - 09:55
	BODYPUMP®	Katja R.	10:00 - 10:55
	TRX®*	Mike K.	18:00 - 18:55
	ZUMBA®	Larissa B.	18:30 - 19:25
	BODYPUMP®	Georgina H.	19:30 - 20:25
Donnerstag	Bodytoning	Maya R.	09:00 - 09:55
	Stretching	Maya R.	10:00 - 10:40
	Step & Tone	Sarah E.	12:15 - 13:10
	Functional Grouptraining*	Mile T.	18:00 - 18:45
	ZUMBA®	Marisa C.	18:15 - 19:10
	BodyART®	Marisa C.	19:15 - 20:10
Freitag	BODYPUMP® meets Cardio	Sarah E.	09:00 - 09:55
	Intervall Training & CORE®		
	Red Edition	Katja R.	10:00 - 11:55
	CORE® meets Bodybalance	Petra G.	18:00 - 18:55
Samstag	FunTone® Mixed up	Laura P.	09:45 - 10:40
	CORE® meets Stretching	Laura P.	10:45 - 11:30
Sonntag	BODYPUMP® meets CORE®	Katja R.	09:30 - 11:00

*findet auf der Fitness-Fläche statt

Aktuelles Kursprogramm online



Betreutes Kinderparadies (Kinder bis zum 9. Geburtstag)

Montag bis Freitag:	08:45 - 11:30
Samstag:	09:30 - 12:00

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