

Kursprogramm RED WEEKEND Uzwil



30. Oktober – 05. November

Tag	Kurs	Trainer*in	Zeit
Montag	Pilates	Tanyeli S.	09:00 - 09:55
	BODYPUMP®	Jana E.	18:00 - 18:55
	Yoga	Liliya S.	19:00 - 19:55
Dienstag	Rückentraining	Tanyeli S.	09:00 - 09:55
	Pilates	Manja H.	18:00 - 18:55
	BODYPUMP®	Manja H.	19:00 - 19:55
Mittwoch	BODYCOMBAT® «Allerheiligen»	Manja H.	09:30 - 10:25
	Yoga «Allerheiligen»	Liliya S.	10:30 - 11:25
Donnerstag	Pilates	Ruth H.	09:00 - 09:55
	BODYPUMP®	Anissa W.	12:15 - 13:00
	Step/Dance	Tanyeli S.	18:00 - 18:55
	BODYCOMBAT®	Alexandra H.	19:00 - 19:55
Freitag	BODYPUMP® meets CORE®	Manja H.	09:00 - 10:10
	FunTone® (45) 60 SECOND-BE READY!	Tanyeli S.	18:30 - 19:25
Samstag	BODYPUMP® Best off	Alexandra H. & Jasmin S.	09:30 - 10:25
	BODYBALANCE® Best off	Alexandra H.	10:35 - 11:30
Sonntag	Piloxing® «Seilzieh Battel Wettbewerb»	Sandra G.	09:30 - 10:25
	BODYCOMBAT® Best off	Alexandra H. & Jana H.	10:30 - 11:40

Aktuelles Kursprogramm online:



Betreutes Kinderparadies (Kinder bis zum 9. Geburtstag)

Montag bis Freitag:	08:45 - 11:30 Uhr
Samstag:	geschlossen
Sonntag:	geschlossen