

Kursprogramm Group Fitness 2022

Montag		
07.00 - 07.45	TRX	Daniela Wäger
09.00 - 09.30	M.A.X.®	Graziella Bättig
09.30 - 10.00	Core-Training	Graziella Bättig
10.15 - 11.15	Zumba®- Gold	Graziella Bättig
17.45 - 18.45	Vinyasa Yoga	Daniela Wäger
19.00 - 20.00	deepWORK®	Sandy Gilly

Dienstag		
07.00 - 08.00	Vinyasa Yoga	Anina Jud
09.00 - 10.00	Zumba®	Graziella Bättig
18.00 - 19.00	deepWORK®	Sandy Gilly
19.15 - 20.15	Indoor Cycling	Ruedi Hermann

Mittwoch		
07.00 - 08.00	Bodytoning	Delia Marti
08.30 - 09.30	Medical Fitness	Delia Marti
12.00 - 12.45	TRX	Daniela Wäger
18.00 - 19.00	Fitness Bootcamp	Delia Marti
19.15 - 20.15	BODYPUMP®	Walter Dahinden

Donnerstag		
06.00 - 07.00	Indoor Cycling	Ruedi Hermann
10.00 - 11.00	Vinyasa Yoga	Gabi Bräm
18.30 - 19.00	M.A.X.®	Graziella Bättig
19.15 - 20.15	Reggaeton® Fitness	Graziella Bättig

Freitag		
09.00 - 10.00	Pilates	Andrea Fäh

Samstag		
10.00 - 11.00	Indoor Cycling	Ruedi Hermann



Preise Group Fitness		
Einzeleintritte	CHF	25.00
10er Abo	CHF	220.00
20er Abo	CHF	400.00
Jahresabo	CHF	870.00 inkl. Eintritt Hallenbad

Bemerkungen

- An Feiertagen finden keine Lektionen statt
- Kursänderungen vorbehalten
- Versicherung ist Sache der Teilnehmer

Sommerpause

- reduzierter Betrieb

Kontakt

T +41 55 618 70 70

kurswesen@lintharena.ch