

KURSPLAN

Dance Class

☐ Zutreffendes bitte ankreuzen

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

								Pilates 08:30-9:30 ** 	
		Kiddies A 16:00-16:40 Amanda 					Kiddies A 16:30-17:10 Syria 	Kids A 16:30-17:10 Marie 	
Teens A 18:05-19:05 Svenja 	Kids M 18:05-19:05 Malena 	Kids M 16:50-17:50 Amanda 		Zumba 17:55-18:55 * 	Sugar rush 18:00-18:55 Denise 		Kids A 17:15-17:55 Syria 	Teens A 17:20-18:20 Marie 	
	LesMills BODYPUMP 19:00-20:00 ** 	Teens M 17:55-18:55 Amanda 	Kids M 17:50-18:50 Lorine 		M.A.X. & smartAbs 18:15-19:05 ** 	Cute emotion 18:00-20:00 Sarah 			
Förderklasse 19:10-20:10 Svenja 	Kangoojump 19:10-20:05 *** 	Förderklasse 19:00-20:00 Amanda 		Next step 19:10-21:10 Amanda 	Pilates 19:15-20:15 ** 		LesMills BODYPUMP 19:00-20:00 ** 		Kangoojump 19:00-20:00 *** 
Adults Ü35 20:15-21:15 Denise 	Adults Ü16 20:15-21:15 Svenja 				Adults Ü25 19:30-20:30 Annelise 	Intense 20:00-22:00 Amanda 			

Alterskategorien:
 Kiddies 4-6 Jahre
 Kids 7-11 Jahre

Teens 12-15 Jahre
 Adults Ü16, Ü25 und Ü35 Jahre

Level:
 A Anfänger
 M Mittel

* Infos unter 079 767 62 30 / Andrea Viatte / andrea.viatte@gmx.ch
 ** Infos unter 079 263 05 16 / Marcia Millonig / www.vitalityinn.ch
 *** Infos unter 076 644 00 76 / Bettina Nagy / Insta: bettina_kj_fitness