

# CORONA GROUPFITNESSPLAN

**TRIBSCHEN  
TRAINING**

*Lucern*

Ab 11. Mai 2020 bis auf weiteres...

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
06.15	Yoga			Intervall & Core		
08.00		Bodytoning				
09.00	Pilates			Bodytoning		
09.15						TRX
09.30		Yoga				
10.30						Spinning
12.05		RoXX				
12.10	H.A.R.D.-Core (30 Min)				Power-Pump	
12.15			Spinning			
14.00					T-Bow Pilates	
17.40	Power-Pump	TRX	Power-Pump	Yoga		
19.00				RoXX		
19.05	Spinning	Zumba				

**T-ENERGY** Kurse  
nur telefonisch buchbar!  
(Tel. 041 360 01 22)

