

GROUPFITNESSPLAN

Ab 1.10.2020 bis 30.6.2021

TRIBSCHEN TRAINING

Luzern

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
06.15	Yoga			Intervall & Core		
08.00		Bodytoning				
08.15						Spinning
09.00	Pilates	Yoga		Bodytoning		
09.30						TRX
12.10	H.A.R.D.-Core (30 Min)	RoXX	Spinning	Power Circle	Power-Pump	
17.40	Power-Pump	TRX	Power-Pump	Yoga		
18.45	Spinning	Zumba				
19.00				RoXX		

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

NEU

