

KURSPLAN

Winter 2021/22

gültig ab 19.10.2021 bis 19.4.2022

Montag	18.45–19.45	Shadowboxing mit Nadja	Purple
	20.00–21.00	Jumping mit Nadja	
Dienstag	18.45–19.45	Indoor Cycling mit Martin	Yellow
	19.45–20.45	Indoor Cycling mit Martin	
Mittwoch	15.30–16.30	Dance-Kids mit Nicole	Green
	16.45–17.45	Dance-Teens mit Nicole	
	18.15–19.15	AERIAL FLY & RELAX mit Nadja	
Donnerstag	08.00–09.00	Spiralmuskeltraining mit Astrid	Red
	18.55–19.55	Jumping mit Nadja	
	20.15–21.15	Indoor Cycling mit Martin	
Freitag	08.45–09.45	Pilates mit Nadja	Purple
Samstag	10.30–12.00	Indoor Cycling mit Martin	Yellow

IndoorCyclingCenter

Lyssstrasse 5, 3054 Schüpfen

Änderungen vorbehalten.