



Groupfitnessplan (gültig ab 01.April 2022)

Tag	Zeit	Dauer	Lektion	Instruktor
MO	09.30	55 min.	Bauch Beine Po	Joanna
MO	18.30	55 min.	Pilates	Andrea
DI	10.00	55 min.	Zumba Toning	Fiordaliza
DI	18.30	55 min.	Zumba	Domenico
MI	09.00	55 min.	Pilates	Team
MI	10.00	55 min.	Bauch Beine Po	Fiordaliza
MI	18.30	55 min.	Zumba	Domenico
DO	09.00	55 min.	Zumba	Nadine D.
DO	10.00	55 min.	Rückenfit	Fiordaliza
FR	09.00	55 min.	Pilates	Barbara
FR	10.00	55 min.	Bauch Beine Po	Fiordaliza
SO	10.00	55 min.	Zumba	Nadine D. (2x im Monat, Termine via App)

An allen Lektionen kann nur auf Voranmeldung via e-fit App oder per Anmeldung am Empfang teilgenommen werden.

Neu müssen mindestens 5 Teilnehmer pro Lektion angemeldet sein, sodass die Stunde stattfindet.
Die Lektionen werden immer am Vorabend um 20.00 Uhr kontrolliert und allenfalls via App abgesagt.

Danke für das Verständnis
Dein Fitnesscenter Windisch Team