

# Kursplan

11.12.2017 - 17.12.2017

Fitwork GmbH  
 Buchenstrasse 4  
 6020 Emmenbrücke  
 041 260 45 05  
 info@fitwork.ch



Montag 11.12.2017	Dienstag 12.12.2017	Mittwoch 13.12.2017	Donnerstag 14.12.2017	Freitag 15.12.2017	Samstag 16.12.2017	Sonntag 17.12.2017
09:00 - 10:00 BodyPump	08:15 - 09:00 Five	08:45 - 09:15 CXWorx	09:00 - 10:00 BodyPump	09:00 - 10:00 BodyBalance	09:15 - 10:15 BodyPump	10:00 - 11:00 BodyPump Juli/Augus
12:00 - 13:00 Cycling	09:00 - 10:00 Fit & Zwäg	09:15 - 10:15 Bodyforming	10:00 - 10:45 Five	12:00 - 12:45 Five		
18:00 - 19:00 Cycling	10:00 - 11:00 Pilates	12:15 - 12:45 CXWorx	12:00 - 13:00 BodyPump	17:45 - 18:15 CXWorx		
18:00 - 19:00 CXWorx/Toning		18:00 - 19:00 BodyPump	19:00 - 19:45 Five			
19:00 - 19:45 Five		18:00 - 18:45 Five				
		19:00 - 20:00 BodyBalance				

■ Ausdauerorientie... ■ Gesundheitsorien... ■ Kraftorientiert

Stand: 16.12.2017