

KURSE TRÜBBACH

physio
fitness

ZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	SAMSTAG
08.15 Uhr					TOTAL BODY WORKOUT 75 Min. (Michèle) Start 18.5.24
08.30 Uhr			KINESIS (Rahel Stieger)		
09.00 Uhr	KINESIS (Rahel Oesch)				
09.30 Uhr			KINESIS (Nicole)		
18.00 Uhr	M.A.X. & CORE (Claudia)	BODYPUMP (Gernot)	KINESIS (Rahel Stieger)	PILATES (Nicole)	
19.00 Uhr	PILATES (Claudia)		ZUMBA (Jane)		
19.10 Uhr		YIN YOGA (Gernot)		BODYPUMP (Pascal)	