

CITY ONE Fitnessclub
Baslerstrasse 15
4310 Rheinfelden

info@cityone.ch
+41 (0)61 831 48 87

GYMNASTIK & AEROBIC

Bei uns wird jede Gymnastikstunde bereits ab einem/einer TeilnehmerIn durchgeführt!

Herbstprogramm gültig ab dem 21.09.2015

MONTAG	09:30 h	ZUMBA	60 Min.	Yolanda
	18:00 h	ZUMBA	55 Min.	Grisel
	19:00 h	Power Pump	60 Min.	Claudia
DIENSTAG	18:00 h	Pilates	55 Min.	Eva
	19:00 h	Easy Step	60 Min.	Claudia
MITTWOCH	10:15 h	Power Yoga	60 Min.	Lydia
	18:00 h	Rücken fit	55 Min.	Lydia
DONNERSTAG	18:15 h	Power Pump	55 Min.	Claudia
	19:15 h	Bauch Beine Po	60 Min.	Claudia
SONNTAG	10:30 h	ZUMBA	60 Min.	Yolanda

Ergänze Dein Trainingsprogramm durch Übungen aus unserem Gymnastik-Programm.
Dein Trainer gibt Dir gerne Auskunft!