

Groupfitness

Neu auch während den Ferien!



Kursprogramm Sommerferien 29. Juni bis 14. August 2020



	Zeit	Kurs	Instruktor/In
Montag	18.30 - 19.30	Step Aerobic	Franca
Dienstag	09.00 - 10.00	Pilates*	Renata
	10.00 - 10.30	M.A.X*	Renata
	18.30 - 19.30	Muscel Work	Rolf
Mittwoch	18.30 - 19.30	Sixpack Attack	Ramona
Donnerstag	09.00 - 10.00	Rückenfit*	Katharina
	18.30 - 19.30	Bodytoning	Christina
Freitag	09.00 - 10.00	Power Yoga*	Christina
	19.00 - 20.00	M.A.X & smartAbs	Monica

* = Kinderhort während den Kursen / Keine Kurse während Feiertagen



Stadt Chur

www.sportanlagenchur.ch