

update Fitness Aarau  
Gysulastrasse 21  
5000 Aarau  
Schweiz



Telefon: 062 823 99 88

Centerleitung: Mirco Säuberli  
Studiogrösse: XL

## Stundenplan update Fitness Aarau

### Montag

**09:15** Pump mit Denise Dauer: 55min

**18:00** Pump mit Gloria Dauer: 55min

**19:00** P.I.I.T mit Gloria Dauer: 30min

### Dienstag

**09:15** BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Doris Dauer: 55min

**18:00** BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Tanja Dauer: 55min

**19:00** Yoga mit Giordana Dauer: 55min

### Mittwoch

**19:00** Circle i.t. mit Tanja Dauer: 55min

### Donnerstag

**09:15** Pilates mit Beatriz Dauer: 55min

**18:00** Zumba mit Mirjam Dauer: 55min

**19:00** Pump mit Gloria Dauer: 55min

### Freitag

### Samstag

### Sonntag