

update Fitness Rorschach
Adolf-Gaudy-Weg 4a
9400 Rorschach
Schweiz



Telefon: 071 841 99 88

Centerleitung: Marc Zellweger
Studiogrösse: XL

Stundenplan update Fitness Rorschach

Montag

- 08:00** Yoga mit Tatjana Z. Dauer: 55min
- 09:30** Pump mit Laura K. Dauer: 55min
- 18:00** Pump mit Monica Dauer: 55min
- 19:00** Kick Power mit Laura H. Dauer: 55min

Dienstag

- 09:30** Zumba mit Dianna Dauer: 55min
- 12:15** BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Sabina Dauer: 45min
- 17:30** P.I.I.T mit Manu Dauer: 30min
- 18:00** BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Manu G. Dauer: 55min
- 19:00** Zumba mit Miriam Dauer: 55min
- 20:00** Yoga mit Nadine Dauer: 55min

Mittwoch

- 09:30** P.I.I.T mit Fabienne Dauer: 30min
- 10:00** BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Fabienne Dauer: 25min
- 18:00** Circle i.t. mit Nicola Dauer: 55min
- 19:00** Pilates mit Nicola Dauer: 55min
- 20:00** Zumba mit Sabina Dauer: 55min

Donnerstag

- 09:30** Yoga mit Alexandra Dauer: 55min
- 19:00** Pump mit Monica Dauer: 55min

20:00 Power Yoga mit Michaela Dauer: 55min

Freitag

Samstag

10:00 P.I.I.T mit Team Dauer: 25min

10:30 BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Team Dauer: 25min

Sonntag

10:00 Pump mit Team Dauer: 55min