

update Fitness Zuzwil
St. Gallerstrasse 21
9524 Zuzwil
Schweiz



Telefon: 071 923 15 25

Centerleitung: Julia Widmer
Studiogrösse: M

Stundenplan update Fitness Zuzwil

Montag

- 08:30** Yoga mit Lisa Dauer: 55min
- 09:45** Pilates mit Monika Dauer: 55min
- 18:30** Pump mit Marlis Dauer: 55min
- 19:30** Power Yoga mit Silvana Dauer: 55min

Dienstag

- 09:15** MC (Mental Centering) mit Matthias Bachmann Dauer: 45min
- 18:25** P.I.I.T mit Janina Dauer: 30min
- 19:00** BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Renata Dauer: 55min
- 20:00** Pump mit Sara Dauer: 55min

Mittwoch

- 08:00** Pilates mit Monika Dauer: 55min
- 09:00** BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone mit Monika Dauer: 55min
- 18:25** P.I.I.T mit Maria Dauer: 30min
- 19:00** Dance Aerobic / Dance Mix mit Monika Dauer: 55min
- 20:00** Yoga mit Mai Dauer: 55min

Donnerstag

- 09:10** Rückengymnastik mit Petra Dauer: 55min
- 10:10** Pilates mit Petra Dauer: 55min
- 18:00** P.I.I.T mit Michelle Dauer: 30min
- 18:30** Pump mit Marlis Dauer: 55min

Freitag

Samstag

Sonntag