

update Fitness Uzwil  
Bahnhofstrasse 82  
9240 Uzwil  
Schweiz



Telefon: 071 951 37 30  
Studiogrösse: XL

## Stundenplan update Fitness Uzwil

### Montag

- 09:10 **Dance Step** mit Spela Dauer: 55min
- 10:10 **P.I.I.T** mit Janina Dauer: 30min
- 18:30 **BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone** mit Monique Dauer: 55min
- 19:30 **Fitboxe** mit Angelika Dauer: 55min
- 20:30 **Power Yoga** mit Mai Dauer: 55min

### Dienstag

- 09:10 **Pump** mit Moni Dauer: 55min
- 10:10 **P.I.I.T** mit Moni Dauer: 30min
- 12:15 **P.I.I.T** mit Moni Dauer: 30min
- 18:30 **Pump** mit Sarah Dauer: 55min
- 19:30 **P.I.I.T** mit Sarah Dauer: 30min
- 20:00 **Zumba** mit Petra Dauer: 55min

### Mittwoch

- 08:30 **Zumba** mit Olivia Dauer: 55min
- 09:30 **BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone** mit Gaby Dauer: 55min
- 18:00 **Zumba** mit Leonith Dauer: 55min
- 19:00 **Pilates** mit Silvana Dauer: 55min

### Donnerstag

- 09:10 **Rückengymnastik** mit Karin Dauer: 55min
- 12:15 **P.I.I.T** mit Janina Dauer: 30min
- 18:00 **P.I.I.T** mit Moni Dauer: 30min

**18:30 Pump** mit Moni Dauer: 55min

**19:30 BBP (Bauch, Beine, Po) / Bodytone** mit Spela Dauer: 55min

## Freitag

## Samstag

**10:00 P.I.I.T** mit Team Dauer: 30min

**10:30 Yoga** mit Annemie Dauer: 55min

**11:30 Fitboxe** mit Sandra Dauer: 55min

## Sonntag