



Groupfitness Programm

Informationen
 Ab sofort: Zweite Dienstags
 Fitboxe Lektion um 19:00
 Doppelbuchung nur gegen
 Aufpreis möglich

Lektionenplan für den Februar

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:15 - 10:10	Fit im Alter	Star Pump	Zumba	Spin&Fit	Power Yoga	
10:00 - 11:00						Yin Yoga (10:30-11:30)
12:15 - 12:45						
17:30 - 18:00	M.A.X (17:30-17:55)		M.A.X (18:00-18:25)			
18:00 - 18:55	Star Pump	Fitboxe	core (18:30-18:55)	Star Pump	deepWORK® (17:30-18:25)	
19:00 - 19:55	Bodyforming BBP	Fitboxe * Winterspecial «S4» Out- door Circle	Cycling	Rückenfit (Antara)		
20:00 - 20:55	Dance	Power Yoga	Pilates	Cycling		

* Doppelbuchung für
CHF 15 möglich

s4sports AG
 Mittelweg 11
 3812 Wilderswil

033 530 01 66
 info@s4sports.ch
 www.s4sports.ch