

GROUP FITNESS SOMMERPROGRAMM



Reserviere dir deinen Platz in
unserer App «Connection Wolhusen».
Jetzt kostenlos downloaden.



Group Fitness Programm

12. – 18. Juli 2021

Montag	08.40	Stretching ¹	Mary	30	Arena
	09.15	Vinyasa Yoga ¹	Youngju	55	Arena
	10.15	Fit mit 60+	Noemi	55	Arena
	18.30	DEEPWORK®	Chregi	55	Arena
	19.30	Vinyasa Yoga	Youngju	55	Arena
Dienstag	08.45	TRX® Suspension Training® ¹	Juliette	55	Arena
	18.30	M.A.X.®	Sandi	30	Arena
	18.45	bellicon® JUMPING	Corin	55	Jump
	19.05	Core	Sandi	30	Arena
Mittwoch	08.45	DEEPWORK® ¹	Chregi	55	Arena
Donnerstag	09.00	bellicon® JUMPING ¹	Corin	55	Jump
	18.30	Bewegte Rückbildung	Cathy	55	Arena
	19.30	BODYPUMP™	Jeannine	75	Arena
Freitag	08.45	Pilates ¹	Cathy	55	Arena

19. – 25. Juli 2021

Montag	08.40	Stretching ¹	Mary	30	Arena
	10.15	Fit mit 60+	Noemi	55	Arena
	18.30	BODYART®	Simone	55	Arena
Dienstag	18.30	M.A.X.®	Sandi	30	Arena
	19.05	Core	Sandi	30	Arena
Mittwoch	08.45	BODYART® ¹	Simone	55	Arena
Donnerstag	19.30	BODYPUMP™	Jeannine	75	Arena

¹ Kinderbetreuung von 08.30 – 11.00 Uhr

Reserviere dir deinen Platz in
 unserer App «Connection Wolhusen».
 Jetzt kostenlos downloaden.



Group Fitness Programm

26. Juli – 1. August 2021

Montag	08.40	Stretching ¹	Mary	30	Arena
	10.15	Fit mit 60+	Noemi	55	Arena
	18.30	BODYART®	Simone	55	Arena
Dienstag	18.30	M.A.X.®	Sandi	30	Arena
	19.05	Core	Sandi	30	Arena
Mittwoch	08.45	BODYART® ¹	Simone	55	Arena
Donnerstag	09.00	bellicon® JUMPING ¹	Betty	55	Jump
	19.30	BODYPUMP™	Jeannine	75	Arena

2. – 8. August 2021

Montag	08.40	Stretching ¹	Mary	30	Arena
	09.15	Vinyasa Yoga ¹	Youngju	55	Arena
	18.30	DEEPWORK®	Chregi	55	Arena
	18.45	Vinyasa Yoga	Youngju	55	Arena
Dienstag	18.30	M.A.X.®	Sandi	30	Arena
	19.05	Core	Sandi	30	Arena
Mittwoch	08.45	DEEPWORK® ¹	Chregi	55	Arena
Donnerstag	09.00	bellicon® JUMPING ¹	Betty	55	Jump
	18.30	Bewegte Rückbildung	Cathy	55	Arena
	19.30	BODYPUMP™	Jeannine	75	Arena
Freitag	08.45	Pilates ¹	Cathy	55	Arena

¹ Kinderbetreuung von 08.30 – 11.00 Uhr

Reserviere dir deinen Platz in
 unserer App «Connection Wolhusen».
 Jetzt kostenlos downloaden.



Group Fitness Programm

9. – 15. August 2021

Montag	08.40	Stretching ¹	Mary	30	Arena
	09.15	Vinyasa Yoga ¹	Youngju	55	Arena
	18.30	DEEPWORK®	Chregi	55	Arena
	18.45	Vinyasa Yoga	Youngju	55	Arena
Dienstag	18.30	M.A.X.®	Sandi	30	Arena
	18.45	bellicon® JUMPING	Corin	55	Jump
	19.05	Core	Sandi	30	Arena
Mittwoch	08.45	DEEPWORK® ¹	Chregi	55	Arena
Donnerstag	09.00	bellicon® JUMPING ¹	Corin	55	Jump
	18.30	Bewegte Rückbildung	Cathy	55	Arena
	19.30	DEEPWORK®	Chregi	55	Arena
Freitag	08.45	Pilates ¹	Cathy	55	Arena

16. – 22. August 2021

Montag	08.40	Stretching ¹	Mary	30	Arena
	09.15	Vinyasa Yoga ¹	Youngju	55	Arena
	10.15	Fit mit 60+	Noemi	55	Arena
	18.30	DEEPWORK®	Chregi	55	Arena
	18.45	Vinyasa Yoga	Youngju	55	Arena
Dienstag	18.30	M.A.X.®	Sandi	30	Arena
	18.45	bellicon® JUMPING	Corin	55	Jump
	19.05	Core	Sandi	30	Arena
Mittwoch	08.45	DEEPWORK® ¹	Chregi	55	Arena
Donnerstag	09.00	bellicon® JUMPING ¹	Corin	55	Jump
	18.30	Bewegte Rückbildung	Cathy	55	Arena
	19.30	BODYPUMP™	Jeannine	75	Arena
Freitag	08.45	Pilates ¹	Cathy	55	Arena

¹ Kinderbetreuung von 08.30 – 11.00 Uhr

Reserviere dir deinen Platz in
 unserer App «Connection Wolhusen».
 Jetzt kostenlos downloaden.

