

STUNDENPLAN GROUPFITNESS 01.05. - 31.05.2018

Donnerstag	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
09:45	*	Yoga	75	Patricia
12:10	*	M.A.X. <i>31.05.2018 fällt aus!</i>	45	Valery
19:30		Indoor Walking	50	Anna A.

Freitag	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
09:00		Rückenfit	50	Viktoria
10:00	*	Emotion Pump	50	Anna Maria
12:10	*	Yoga	50	Sabina
18:00	*	RIP 60 <i>04.05.2018 fällt aus!</i>	50	Sandy

* Bitte tragt Euch in die Liste ein, die Stunden finden erst ab 3 Personen statt.

Tag der Arbeit	01.05.2018	Stunden finden zum Teil statt aber mit Einschreibliste
Auffahrt	10.05.2018	keine Groupfitness - Stunden
Pfingstsonntag	20.05.2018	keine Groupfitness - Stunden
Pfingstmontag	21.05.2018	keine Groupfitness - Stunden
Fronleichnam	31.05.2018	Stunden finden zum Teil statt aber mit Einschreibliste

FITNESS EMOTION Pfadackerstrasse 7, 8957 Spreitenbach 056 402 00 10

Montag	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
09:00		Pilates - Rückenfit	50	Nadja
10:00		Fun Tone	50	Nadja
12:10	*	Emotion Cycling	60	Nathalie
18:30		M.A.X.	30	Valery

Dienstag	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
08:30		Foundation Training	50	Fari
09:30		Zumba	50	Jeannine
12:10	*	BOOST <i>22.05.2018 fällt aus!</i>	45	Team
18:30		Emotion Pump <i>01.05.2018 fällt aus!</i>	50	Anna Maria
19:30		Zumba-Fitness / Power	50	Team

Mittwoch	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
09:00	*	RIP 60	50	Sandy
10:00		Indoor Walking	50	Jeannine
12:10	*	RIP 60	50	Sandy
17:30	*	CoreStrength (Rumpfttraining)	25	Sandy
18:00	*	RIP 60	50	Sandy
19:00	*	MMA Cardio <i>02.05.2018 fällt aus!</i>	25	Sandy
19:45	*	Yoga Freeflow	75	Sebastié

Wir bitten Dich, in allen Lektionen jeweils ein Handtuch mit zu nehmen und dämpfende Turnschuhe zu tragen

STUNDENPLAN GROUPFITNESS 01.05. - 31.05.2018

SONNTAG 06.05.2018

Sonntag	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
09:05		Foundation Training	60	Fari
10:15		Indoor Walking	50	Debora
11:30		Zumba	50	Anna A.

SONNTAG 13.05.2018

Sonntag	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
09:05		Foundation Training	60	Fari
11:30		Zumba	50	Sarah G.

SONNTAG 27.05.2018

Sonntag	Liste	Lektion	Dauer	Instrukteur
10:30	*	Deep Work	50	Marina

Tag der Arbeit	01.05.2018	Stunden finden zum Teil statt aber mit Einschreibliste
Auffahrt	10.05.2018	keine Groupfitness - Stunden
Pfingstsonntag	20.05.2018	keine Groupfitness - Stunden
Pfingstmontag	21.05.2018	keine Groupfitness - Stunden
Fronleichnam	31.05.2018	Stunden finden zum Teil statt aber mit Einschreibliste

FITNESS EMOTION Pfadackerstrasse 7, 8957 Spreitenbach 056 402 00 10

Fitness Emotion
 Pfadackerstrasse 7
 7.Stock Hauseingang: Fom, fashion order mall, (vis à vis Tivoli)
 8957 Spreitenbach

Telefon 056 / 402 00 10

info@fitness-emotion.com
 www.fitness-emotion.com

Öffnungszeiten Fitness

Montag , Mittwoch & Freitag 08:30 - 22:00 Uhr
 Dienstag & Donnerstag 06:00 - 22:00 Uhr
 Samstag 09:00 - 18:00 Uhr
 Sonntag 09:00 - 16:00 Uhr

Öffnungszeiten Sauna

Montag 09:00 - 21:45 Uhr gemischt
 Dienstag 09:00 - 17:00 Uhr Frauen
 12:00 - 13:30 Uhr gemischt
 13:30 - 17:00 Uhr Frauen
 17:00 - 21:45 Uhr gemischt
 Mittwoch 09:00 - 21:45 Uhr gemischt
 Donnerstag 09:00 - 21:45 Uhr Frauen
 Freitag 09:00 - 21:45 Uhr gemischt
 Samstag & Sonntag 09:30 - 15:45 Uhr gemischt

Öffnungszeiten Kinderparadies

Montag & Mittwoch 09:00 - 11:30 Uhr
 Dienstag & Freitag 09:30 - 11:30 Uhr
 Donnerstag Geschlossen
 Samstag & Sonntag Geschlossen

Das Kinderparadies kann während den Schulferien, an Feiertagen, sowie bei Notfällen oder Krankheiten seitens der Hortleiterinnen geschlossen sein.