

Festtage Stundenplan

2019/2020



Gym Fit GmbH
Silvia Knecht
Alter Zürichweg 2
5621 Zufikon
+41 79 359 42 66
www.gymfitgmbh.ch

gültig vom 21. Dezember 2019 bis zum 05. Januar 2020

21.12.2019 (Samstag)	08.30	Balance, Kraft, Faszien	Silvia
23.12.2019 (Montag)	08.00 09.15 18.30	Pilates-Slings myofaszielles Training Fun Tone Cardio Yoga	Silvia Petra+Silvia Bea
26.12.2019 (Donnerstag)	09.30	Yoga	Bea
27.12.2019 (Freitag)	08.30 09.45	Bewegter Rücken Bosu Workout	Silvia Silvia
30.12.2019 (Montag)	08.00 09.15 18.30	Pilates Fun Tone Cardio Yoga	Bea Petra Bea
03.01.2020 (Freitag)	08.00 09.45	Pilates Trilogie Fun Tone Cardio Trilogie	Petra+Bea+Silvia Petra+Bea+Silvia

**Ab 06. Januar wieder Programm
gemäss Jahresstundenplan 2020**