# POWER pump.ch

## Group Fitness: Wil's zäme meh Spass macht!

## PROGRAMM 2023/24

**MONTAG**

| | |
|---|---|
| 18.00 - 19.00 | **Power-Pump** mit Sandy |
| 19.20 - 20.00 | **M.A.X.®** mit Sandra |

**DIENSTAG**

| | |
|---|---|
| 08.30 - 09.30 | **Power-Pump** mit Martina |
| 18.00 - 19.00 | **Power-Pump** mit Sandy |
| 19.30 - 20.30 | **Power-Pump** mit Sarah |

**MITTWOCH**

| | |
|---|---|
| 08.00 - 09.00 | **CANTIENICA®** mit Annemarie |
| 18.00 - 19.00 | **YOGA** mit Nicole |
| 19.10 - 19.40 | **M.A.X.®** mit Sandra |
| 20.00 - 21.00 | **Faszien-Stretch** mit Sandy |

**DONNERSTAG**

| | |
|---|---|
| 17.20 - 18.20 | **Faszien Stretch** mit Sandy |
| 18.40 - 19.40 | **Strong Nation™** mit Claudia |
| 20.00 - 21.00 | **Power-Pump** mit Sandy |

**FREITAG**

| | |
|---|---|
| 12.30 - 13.30 | **CANTIENICA®** mit Annemarie |
| 18.00 - 19.00 | **Power-Pump** mit Martina |

Alle Infos auch online
auf www.power-pump.ch

folge uns auf Facebook