

GroupFitness-Plan

Montag Dienstag Mittwoch Donnerstag Freitag Samstag

Kurse	TRX Suspension Training 18.30 - 19.25 Einschreiben auf Liste notwendig		Kickpower 18.45 - 19.40	BOOTY BOOSTER 18.30 - 18.55		IronPump 09.25-09.55
		PUNCH IT - BOXFIT * 19.30 - 20.10	-	STRETCHING und/oder RÜCKENFIT-MOBILITY BLACKROLL 19.45 - 20.15	BAUCH EXPRESS 19.00 - 19.25 P.I.I.T 19.30 - 20.00	-

*Immer am ersten Montag des jeweiligen Monates findet die Lektion STRONG by ZUMBA statt (19.30 bis 20.25 Uhr). Kurzfristige Änderungen des GroupFitness-Plans werden immer auf unserer Internetseite bekannt gegeben.

Wir bitten dich daher, öfters www.boxfit-bern.ch zu besuchen.



Boxfit-Bern (Bürgli)
Industriestrasse 31
3052 Zollikofen

E-Mail: info@boxfit-bern.ch