

## Kursübersicht ab 06. Januar 2020

Group Fitness						
Schweizerische Textilfachschule Wattwil/ Stein						
STF			Stein			
<b>Montag</b>	<b>08:15</b>	<b>Bebo Antara</b>	Ruth	<b>08:00</b>	<b>Antara Rücken *</b>	Patricia
	<b>09:25</b>	<b>Trampolin soft</b>	Ruth	<b>09:10</b>	<b>M.A.X. spezial *</b>	Patricia
	<b>18:40</b>	<b>M.A.X. spezial</b>	Nicole			
	<b>19:50</b>	<b>BodyToning *</b>	Nicole			
<b>Dienstag</b>						
<b>Mittwoch</b>	<b>08:30</b>	<b>M.A.X. spezial</b>	Patricia	<b>08:00</b>	<b>Pilates Stein</b>	Ruth
	<b>09:40</b>	<b>Antara Rücken *</b>	Patricia	<b>09:05</b>	<b>Pilates Stein</b>	Ruth
	<b>17:10</b>	<b>Antara Rücken</b>	Ruth	<b>10:10</b>	<b>Antara Stein</b>	Ruth
	<b>18:20</b>	<b>Trampolin power</b>	Ruth			
	<b>19:25</b>	<b>Pilates mixed</b>	Ruth			
<b>Donnerstag</b>	<b>08:15</b>	<b>Pilates</b>	Ruth			
	<b>09:25</b>	<b>Bebo Pilates ☺</b>	Ruth			
	<b>12:15</b>	<b>Pilates</b>	Ruth			
	<b>17:30</b>	<b>Antara Rücken</b>	Ruth			
	<b>18:40</b>	<b>M.A.X. spezial</b>	Ruth			
	<b>19:30</b>	<b>Pilates mixed</b>	Ruth			
<b>Freitag</b>	<b>08:30</b>	<b>Bauch Beine Po</b>	Nicole			
						☺ Kinderhort je Kind Fr. 5.-

\* Diese Kurse sind vakant