

Stundenplan Gruppenlektionen, ab 1. April 2019

Outdoor Training – Cardio, Kraft, Balance

Montag	17.45 – 18.55 Uhr 19.00 – 20.10 Uhr
Mittwoch	06.15 – 06.55 Uhr 09.00 – 10.10 Uhr
Donnerstag	18.15 – 19.25 Uhr
Austragungsort: Heiternplatz oder Schützenwiese, Zofingen	

Antara – für das Zentrum deines Körpers

Montag	07.00 – 08.00 Uhr 09.00 – 10.00 Uhr
Mittwoch	12.00 – 13.00 Uhr 18.00 – 19.00 Uhr 19.05 – 20.05 Uhr
Austragungsort: profeel room, Henzmannstrasse 39, Zofingen	

Stretch & Relax – Stretching, Körperwahrnehmung und Entspannung

Mittwoch	20.10 – 21.10 Uhr
Austragungsort: profeel room, Henzmannstrasse 39, Zofingen	

Schnuppertrainings können nach erfolgter Anmeldung kostenlos besucht werden.

Kontakt: profeel, Barbara Haas, 078 710 85 16, b.haas@profeel-coaching.ch