

Zeit	Grosse Halle	Kleine Halle	Mehrzweckhalle
08.00	Begrüssung/Infos		
08.30 – 09.30	Swissjump® Irene van den Berg	BODYPUMP® «Revival» Fitpunkt-Team	TRX® Suspension Training Phaedra Spillmann-Skordas
09.45 – 10.45	STEP «Partytime» Anton Todorov	bodyART® Jimmy Outlaw	BODYATTACK® FlowerPower-Team
11.00–12.00	ZUMBAfitness® 4all Alberto Spielmann	FUNTONE® Lisa Stefani	Myofasziiales Training Nadja Giger
12.00 – 13.00	Mittagspause im Bistro, Shopping	Mittagspause im Bistro, Shopping	Mittagspause im Bistro, Shopping
13.00 – 14.00	Dance Aerobic Pasquale Russo	YOGA Flow Lisa Stefani	TRX FLOW Phaedra Spillmann-Skordas
14.15 – 15.15	STEP «Next level» Anton Todorov	BODYPUMP «we rock» FlowerPower-Team	STRONG® by Zumba™ Fitpunkt-Team
15.30 – 16.30	BELLICON Bounce® Irene van den Berg	TRIGGERPOINT® Phaedra Spillmann-Skordas	

Programmänderungen vorbehalten