

**GUTSCHEIN
FR. 50.00 ***

*für Neukund:innen auf
Abos Group Fitness und
Powertraining

**APÉRO AB
10.00 UHR**

SCHNUPPERTAG IM MEDITOPCENTER SAMSTAG 18. NOVEMBER 09:00 - 14:00 UHR

**KOMM VORBEI UND TESTE
KOSTENLOS VERSCHIEDENE
GROUP FITNESS LEKTIONEN.
ES SIND ALLE HERZLICH
EINGELADEN! MELDE DICH
JETZT AN:**

TRAINING@MEDITOP.CH
TEL. 062 777 07 57

09.00 - 10.00

CYCLING MEETS BODYPUMP
mit Barbara und Urs

10.00 - 10.25

RÜCKENFIT
mit Karina

10.30 - 10.55

FUN TONE
mit Karina

REGENERATION

Vortrag von
Dr. Lucio Carlucci:
Erfahre, wie wichtig Er-
holung für dein Training
ist
11.00 - 11.30 Raum B

11.35 - 12.00

FIVE GYM
mit Jenny

12.05 - 12.30

PILATES
mit Brigitte

12.35 - 13.35

BASIC YOGA/ACHTSAMKEIT
mit Ursina

**BRING
A
FRIEND**

POWERTRAINING

10.30 - 14.00 UHR

**ERLEBE EIN 15-MINÜTIGES
TRAINING AUF DER POWER
PLATE. MELDE DICH JETZT AN**

UNTER: TRAINING@MEDITOP.CH
TEL. 062 777 07 57