



PANTHERA LADYS GYM

Wo Frauen hingehen

GROUPFITNESS



Für Einsteiger und Fortgeschrittene, ohne Voranmeldung, 23. April bis 30. Juni 2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
08.15-09.15 PILATES	08.15-09.10 FIVE MEETS BLACKROLL	08.05-09.00 RÜCKENFIT	08.15-09.10 PILATES	08.15-09.10 PILATES	09.15-10.15 BODYPUMP	09.30-10.30 BODYCOMBAT
09.30-10.30 BODYPUMP	09.30-10.30 PILATES UND FASZIENGYM	09.05-09.55 DANCEFIT	09.15-10.15 BAUCH/ BEINE/PO	09.15-10.05 ZUMBA	10.20-10.50 CXWORX	
10.35-11.25 BELLICON MOVE	17.25-18.15 DANCEFIT	10.00-10.50 STRONG BY ZUMBA	09.30-10.00 FUNCTIONAL	10.10-11.00 BELLICON MOVE	10.55-11.25 GRIT	
für Einsteiger		17.50-18.45 BAUCH/ BEINE/PO	14.00-15.00 RÜCKENFIT	18.00-19.00 BODYPUMP		
13.30-14.00 FUNCTIONAL	18.20-18.50 CXWORX	18.50-19.20 CXWORX	17.25-18.25 BODYCOMBAT	19.05-19.55 SWISSJUMP		
17.30-18.15 BAUCH/ BEINE/PO	18.55-19.55 BODYPUMP	19.30-20.30 CORE- UND FASZIENGYM	18.30-19.25 POWERYOGA	20.00-20.50 HIPRHYTHM		
18.20-19.10 BODYPUMP	19.55-20.55 BODYCOMBAT		19.30-20.00 GRIT			
19.15-20.05 BELLICON BOUNCE			20.05-20.35 FUNCTIONAL			
20.10-21.00 RÜCKEN FASZIALGYM			20.05-20.45 STEP & TONING			



GRATIS KINDERHORT



STANDORT

Mühlebachstrasse 5
6370 Stans



KONTAKT

Telefon 041 610 70 00

info@panthera-ladysgym.ch / panthera-ladysgym.ch



ABHEBEN UND DEM BERGABENTEUER DIE HAND GEBEN!

Panthera Ladys Gym Kundinnen erhalten bis Ende Juni ein Gratisticket von der Luftseilbahn Dallenwil-Wirzweli.

Abzuholen im Panthera Ladys Gym.

