

# Kursplan

Gossau



## Unsere Studios für DICH

<b>Arbon</b>	St. Gallerstr. 11	+41 71 447 89 89
<b>Basel</b>	Dornacherstr. 210	+41 61 338 90 20
<b>Dietikon</b>	Badenerstr. 21	+41 44 741 20 41
<b>Gossau</b>	Wilerstr. 73	+41 71 385 83 84
<b>Herisau</b>	Industriestr. 28	+41 71 351 64 66
<b>Rorschach</b>	Pestalozzistr. 11	+41 71 845 11 11
<b>Stelz</b>	Ringstr. 31	+41 71 929 30 20
<b>St. Gallen</b>	Geltenwilenstr. 4	+41 71 223 34 66
<b>Uster</b>	Pfäffikerstr. 30	+41 43 366 40 60
<b>Wallisellen</b>	Hammerweg 1	+41 44 832 80 00
<b>Wettingen</b>	Schwimmbadstr. 41	+41 56 427 17 50
<b>Wetzikon</b>	Hofstr. 106	+41 43 497 08 40
<b>Winterthur</b>	Wartstr. 2	+41 52 202 64 64
<b>Zürich</b>	Thurgauerstr. 40	+41 44 302 40 50

Unsicher welcher Kurs für dich geeignet ist?  
Gerne berät dich unser Team. Beschreibungen  
zu den Kursen erhältst du bei deinem Trainer  
oder auch gerne auf unserer Webseite!

Möchtest du uns Feedback geben?  
Ausser an dein Team kannst du uns gerne auch  
an [feedback@fitnessplus.ch](mailto:feedback@fitnessplus.ch) schreiben!

### Studio Öffnungszeiten

Montag – Freitag 6<sup>00</sup> – 23<sup>00</sup> Uhr  
Sa, So + Feiertage 8<sup>00</sup> – 18<sup>00</sup> Uhr

### KIPA Öffnungszeiten

Montag 8<sup>45</sup> – 10<sup>15</sup> Uhr  
Mittwoch 8<sup>45</sup> – 10<sup>15</sup> Uhr  
Freitag 8<sup>45</sup> – 10<sup>15</sup> Uhr  
Feiertage siehe Aushang im Studio



Unsicher welcher Kurs für dich geeignet ist?  
Gerne berät dich unser Team.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00	ZUMBA FITNESS 55'	fitnessplus STEP 30'	fitnessplus ANTARA 55'	fitnessplus BODYTONE 55'	LES MILLS BODYPUMP 55'		
9.30		LES MILLS CXWORX 30'					LES MILLS BODYPUMP 55'
10.00							
14.00	fitnessplus ANTARA 55'						
18.30	LES MILLS BODYPUMP 55'			LES MILLS BODYPUMP 55'	<del>TÂSO</del> 55'		
19.00		LES MILLS BODYPUMP 55'	functional plus 30' <del>TÂSO</del> 55'				
19.30				fitnessplus PILATES 55'			
20.00			fitnessplus ANTARA 55'				