

Kursplan

Herisau



Unsere Studios für DICH

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

Studio Öffnungszeiten

Montag – Freitag 6⁰⁰ – 23⁰⁰ Uhr
Sa, So + Feiertage 8⁰⁰ – 18⁰⁰ Uhr

KIPA Öffnungszeiten

Montag 8⁴⁵ – 11¹⁵ Uhr
Mittwoch 8⁴⁵ – 10⁴⁵ Uhr
Freitag 8⁴⁵ – 10¹⁵ 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	fitnessplus BAUCH-BEINE-PO 55'		INDOOR CYCLING 55'	fitnessplus RÜCKENFIT 55'	LES MILLS BODYPUMP 55'		
10.00	fitnessplus PILATES 55'		LES MILLS CXWORX 30'				
12.10	Athletic-Basic functional plus 30'	LES MILLS CXWORX 30'	LES MILLS BODYPUMP 55'	LES MILLS CXWORX 30'	Athletic-Basic functional plus 30'		
18.30	LES MILLS CXWORX 30'			ZUMBA FITNESS 45'			
19.15	INDOOR CYCLING 55'	fitnessplus BODYFIT 55'	LES MILLS BODYPUMP 55'	INDOOR CYCLING 55'			