



STUNDENPLAN

AEROBIC FACTORY

Moosweg 11 | 9470 Buchs | jam29.ch | 078 628 68 01

Ferien-Stundenplan ab 08.07.-11.08.24

Info Tel. 078/628 68 01/ silvia@jam29.ch/www.jam29.ch

1. Woche ab 08. Juli (Anmeldung bei Jumping und Funtone erforderlich)

Montag:	*09.30	Bodytoning	Silvia
Montag:	19.30	Yoga	Bettina
Dienstag:	18.15	bellicon@ JUMPING	Silvia
Dienstag:	19.30	Step-Express	Brigitte
Mittwoch:	*09.30	Fatburner	Silvia
Mittwoch:	19.30	Zumba	Tuce
Donnerstag:	19.30	Bodytoning	Silvia
Freitag:	09.45	bellicon@ HEALTH 60+	Silvia
Freitag:	18.15	bellicon@ JUMPING	Brigitte
Samstag:	09.00	Funtone@ Cardio	Silvia/Brigitte

2. Woche ab 15. Juli (Anmeldung bei Jumping und Funtone erforderlich)

Montag:	08.30	bellicon@ HEALTH 60+	Silvia
Montag:	*09.30	Bodytoning	Silvia
Montag:	19.30	Yoga	Bettina
Dienstag:	19.30	Step-Express	Brigitte
Mittwoch:	19.30	Zumba	Tuce
Donnerstag:	19.30	Bodytoning	Sarina
Freitag:	18.15	bellicon@ JUMPING	Brigitte
Samstag:	09.00	Funtone@ Basic	Sarina/Lidia

3. Woche ab 22. Juli (Anmeldung bei Jumping und Funtone erforderlich)

Montag:	19.30	Yoga	Bettina
Dienstag:	19.30	Step-Express	Brigitte
Mittwoch:	19.30	Zumba	Tuce
Donnerstag:	19.30	Bodytoning	Sarina
Freitag:	18.15	bellicon@ JUMPING	Brigitte
Samstag:	09.00	Funtone@ Basic	Sarina/Lidia

4. Woche ab 29. Juli

Montag:	19.30	Yoga	Bettina
Dienstag:	19.30	Step-Express	Brigitte
Mittwoch:	19.30	Zumba	Tuce
Donnerstag:		Brücke wegen 1. August	
Freitag:		1. bis 3. August geschlossen	

5. Woche ab 05. August (Anmeldung bei Jumping und Funtone erforderlich)

Keine Morgenlektion		Werdenberger Sportwoche	
Montag:	19.30	Yoga	Bettina
Dienstag:	18.15	bellicon@ JUMPING	Silvia
Dienstag:	19.30	Step-Express	Brigitte
Mittwoch:	19.30	Pilates	Silvia
Donnerstag:	19.30	Bodytoning	Sarina
Freitag:	18.15	bellicon@ JUMPING	Brigitte
Samstag:	09.00	Funtone@ Cardio	Silvia/Brigitte

* JAM 29 Kinderclub betreut

**Wir bitten um Anmeldung für Outdoor-Lektionen, Jumping und Funtone@ – DANKE!

Achtung: Ab 12. August 2024 gilt wieder der normale Stundenplan!