



Indoor Cycling



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Sie möchten schnell in Form kommen und gleichzeitig Spass haben. Im Kurs Indoor Cycling trainieren Sie auf einem stationären Bike zu motivierender Musik Ihre Kondition. Gleichzeitig kräftigen Sie Ihre Bein-, Arm-, Schulter-, Bauch- und Nackenmuskulatur. Anfänger erhalten eine Einführung in den Umgang mit den Spezialrädern.

Datum

24.10.2018 - 17.04.2019 / E_1210479

Zeit

18:00 - 18:50 h

Wochentage

Mi

Dauer

25 Kurstag(e). Total 25.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Preis

CHF 400.00

Durchführungsort

Gründenstrasse 34, 9015 St. Gallen

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Mi	24.10.2018	18:00 - 18:50
2 Mi	31.10.2018	18:00 - 18:50
3 Mi	07.11.2018	18:00 - 18:50
4 Mi	14.11.2018	18:00 - 18:50
5 Mi	21.11.2018	18:00 - 18:50
6 Mi	28.11.2018	18:00 - 18:50
7 Mi	05.12.2018	18:00 - 18:50
8 Mi	12.12.2018	18:00 - 18:50
9 Mi	19.12.2018	18:00 - 18:50
10 Mi	02.01.2019	18:00 - 18:50
11 Mi	09.01.2019	18:00 - 18:50



Indoor Cycling



Garantierte Durchführung

Termine

Tag	Datum	Zeit
12 Mi	16.01.2019	18:00 - 18:50
13 Mi	23.01.2019	18:00 - 18:50
14 Mi	30.01.2019	18:00 - 18:50
15 Mi	06.02.2019	18:00 - 18:50
16 Mi	13.02.2019	18:00 - 18:50
17 Mi	20.02.2019	18:00 - 18:50
18 Mi	27.02.2019	18:00 - 18:50
19 Mi	06.03.2019	18:00 - 18:50
20 Mi	13.03.2019	18:00 - 18:50
21 Mi	20.03.2019	18:00 - 18:50
22 Mi	27.03.2019	18:00 - 18:50
23 Mi	03.04.2019	18:00 - 18:50
24 Mi	10.04.2019	18:00 - 18:50
25 Mi	17.04.2019	18:00 - 18:50