

GROUP FITNESS



ab 10.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 10.00 Pilates Reformer Ensemble */** Säntis	07.15 - 08.15 FUNCTIONAL - TRAINING Arena	07.30 - 08.30 HYROX Arena		08.15 - 09.15 FUNCTIONAL - TRAINING Arena
10.00 - 11.00 Flying Yoga & Pilates * Bodensee	 Sichere dir jetzt deinen Platz im Kurs! Auch für externe Gäste. Jetzt QR-Code scannen & loslegen ➤ Einzelkurs: CHF 20.- ➤ inkl. SPA mit 3 Saunen: CHF 45.- ➤ Attraktive Abos ab CHF 690.- für 6, 12 oder 24 Monate			Sonntag
11.00 - 12.00 Einführung Pilates Reformer * Säntis				10.00 - 11.30 NEU Power Yoga Bodensee
12.00 - 13.00 Pilates Reformer Ensemble */** Säntis			12.00 - 13.00 HYROX Arena	* Teilnehmerzahl ist beschränkt, bitte unbedingt anmelden und Platz reservieren. ** Mindestens eine Einführung Reformer Pilates ist obligatorisch, für Termine bitte am Empfang melden. Falls nicht anders angegeben, beträgt die Kursdauer 55 Min. An Feiertagen finden die Kurse gemäss Aushang statt. Änderungen werden über unsere App und Aushang bekannt gegeben.
12.15 - 12.45 NEU Business Yoga Bodensee	12.00 - 13.00 HYROX Arena		12.15 - 12.45 NEU Business Yoga Bodensee	
18.30 - 19.30 NEU Pilates Reformer Ensemble */** Säntis	18.00 - 19.00 NEU Body Workout Bodensee		17.30 - 18.30 NEU Stretch & Mobility Bodensee	
18.30 - 19.30 HYROX Arena	19.15 - 20.30 NEU Hatha Yoga & Meditation Bodensee		18.00 - 19.00 NEU Pilates Reformer Ensemble * Säntis	
19.30 - 20.30 Yoga & Faszien Bodensee				

attica

Private Gym, Health & Spa



www.attica-gym.ch