



Indoor Cycling

Description Veranstaltung mit Zertifikatspflicht
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.

Informations supplémentaires Sie möchten mehr wissen oder einen konkreten Einblick erhalten? Kontaktieren Sie uns, wir reservieren Ihnen gerne einen Platz für eine Probelektion.

Date 05.01.2022 - 30.03.2022 / E_1544996

Horaire 19:00 - 19:50 h

Jours Me

Durée 13 Jours de cours. Total 13.00 périodes à 50 minutes

Ecolage CHF 208.00

Lieu du cours Sportanlage Gründenmoos, Gründenstrasse 34, 9015 St. Gallen

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Me	05.01.2022	19:00 - 19:50
	2 Me	12.01.2022	19:00 - 19:50
	3 Me	19.01.2022	19:00 - 19:50
	4 Me	26.01.2022	19:00 - 19:50
	5 Me	02.02.2022	19:00 - 19:50
	6 Me	09.02.2022	19:00 - 19:50
	7 Me	16.02.2022	19:00 - 19:50
	8 Me	23.02.2022	19:00 - 19:50
	9 Me	02.03.2022	19:00 - 19:50
	10 Me	09.03.2022	19:00 - 19:50
	11 Me	16.03.2022	19:00 - 19:50
	12 Me	23.03.2022	19:00 - 19:50

Klubschule Migros St. Gallen Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2 info.sg@gmos.ch
9001 St. Gallen klubschule.ch





Indoor Cycling

Dates	Jour	Date	Heures
	13 Me	30.03.2022	19:00 - 19:50

Klubschule Migros St. Gallen Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2
9001 St. Gallen

info.sg@gmos.ch
klubschule.ch

