



GRAND HOTEL KRONENHOF
PONTRESINA



kronenhof spa

fitness programm

Die Fitnesskurse finden ausschliesslich bei Vorreservierung statt.

The group lessons will take place with reservation only.

	8.00 - 8.30 h	9.00 - 10.00 h	19.00 - 20.00 h
Samstag <i>Saturday</i> 30.06.	Pool Aqua Fitness	Pilates	
Sonntag <i>Sunday</i> 01.07.	Pool Aqua Fitness		
Montag <i>Monday</i> 02.07.			
Dienstag <i>Tuesday</i> 03.07.		Power Circuit	
Mittwoch <i>Wednesday</i> 04.07.	Pool Aqua Fitness		Bauch x-press 19.00-19.30 Uhr
Donnerstag <i>Thursday</i> 05.07.	Pool Aqua Fitness	TRX Workout 9.00-9.30 Uhr	
Freitag <i>Friday</i> 06.07.	Pool Aqua Fitness	Wake-up Stretching 9.00 -9.30 Uhr	Pilates