



GRAND HOTEL KRONENHOF  
PONTRESINA



# kronenhof spa

## fitness programm

Die Fitnesskurse finden ausschliesslich bei Vorreservierung statt.

The group lessons will take place with reservation only.

Samstag <i>Saturday</i> 14.09.	Aqua Fit <b>8.00-8.30</b>	Faszien Pilates <b>8.00-9.00</b>	
Sonntag <i>Sunday</i> 15.09.	Aqua Step <b>8.00-8.30</b>	Yoga <b>8.00-9.00</b>	
Montag <i>Monday</i> 16.09.			Deep Stretch <b>15.30-16.30</b>
Dienstag <i>Tuesday</i> 17.09.		Power Circuit <b>9.00-10.00</b>	Strong Back <b>18.30-19.00</b>
Mittwoch <i>Wednesday</i> 18.09.	Aqua Fit <b>8.00-8.30</b>		Yoga <b>18.00-19.00</b>
Donnerstag <i>Thursday</i> 19.09.	Aqua Step <b>8.00-8.30</b>	Core Express <b>9.00-9.30</b>	
Freitag <i>Friday</i> 20.09.	Aqua Fit <b>8.00-8.30</b>		Pilates <b>18.00-19.00</b>