



Gültig ab 13.03. – 31.12.2023

BETREUUNGS- UND INFOZEITEN SOWIE ABO-VERKAUF

FITNESS-ARENA ST. GALLEN-NEUDORF

Montag	16.00 bis 20.00 Uhr
Donnerstag	10.30 bis 13.00 Uhr
Samstag	11.00 bis 14.00 Uhr

FITNESS-ARENA ABTWIL

Montag	10.30 bis 13.00 Uhr
Mittwoch	16.00 bis 20.00 Uhr
Freitag	16.00 bis 20.00 Uhr

FITNESS-ARENA HORN

Dienstag	16.00 bis 20.00 Uhr
Donnerstag	16.00 bis 20.00 Uhr

WORKSHOPS IN DEN FITNESS-ARENEN

WORKSHOP 1 ST. GALLEN-NEUDORF

Einführung ins Krafttraining
Trainieren mit der App (KINASTIC)

Abends: Jeweils montags von 18.30 bis 20.00 Uhr

WORKSHOP 2 HORN

Funktionales Training / 500 / 30 Reb-Workout / Bodyweight
max. 10 Personen zugelassen / Anmeldung unter timbie.ch

Abends: Jeweils donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr



Fitnessrebellen ★ info@ptnessrebellen.ch
Standort St. Gallen-Neudorf: Rorschacherstrasse 286 ★ 9016 St. Gallen
Standort St. Gallen / Abtwil: Bildstrasse 2A ★ 9015 St. Gallen/Abtwil
Standort Horn: Seestrasse 115 ★ 9326 Horn