

Kursangebot

Motivierendes Training in der Gruppe

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00	Pilates (Jessica)	Sanftes Yoga (Jana)	Fit durch Bewegung (Alexandra)	Pilates Basic (Jana)	Pilates (Marietta)
09:30					
10:00	Pilates Basic (Jessica)			Stretching (Jana)	Pilates Basic (Marietta)
10:30			Hatha Yoga Flow (Noëlle)		
11:00					
11:30					
17:00	Pilates (Jessica)				
17:30					
18:00		Pilates (Marietta)	Hatha Yoga (Jana)		
18:30					
19:00		Pilates Flow (Marietta)			
19:30					

Wo:	Carefit MTT, Kursraum im 2.OG		
Preis:	Mitglieder:	Im Fitnessabo inbegriffen	
	Nicht-Mitglieder:	Einzellektion	30 Fr.
		10er Abo	250 Fr.