

KURSPLAN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Morgen	09:00 - 10:00 Pilates (Nadine)	09:00 - 10:00 Sanftes Yoga (Jana) + ZOOM	09:00 - 10:00 Kraft & Koordination (Andri)	09:00 - 10:00 Pilates (Jana/Nadine) + ZOOM	09:00 - 10:30 Bomiso (Marietta)
Mittag	10:15 - 11:15 Pilates Basic (Nadine)		10:15 - 11:15 Qigong (Isabelle)	12:00 - 13:00 Hatha Yoga (Jana) + ZOOM	
Abend	16:00 - 17:00 Pilates (Nadine) + ZOOM	17:30 - 18:30 Functional (Andri)	17:30 - 19:00 Bomiso (Marietta)	17:00 - 18:00 Pilates Basic (Angela)	
	17:15 - 18:15 Pilates (Angela)		18:30 - 19:30 Functional (Andri)		
		19:15 - 20:15 Yoga (Marietta)			

Als Fitnessmitglied sind die Gruppenkurse inklusive. Ohne Mitgliedschaft kosten Kurse...
... von 60min: Einzellektion/CHF 35, 10er Abo/CHF 290; ...von 90min: Einzellektion/CHF 42, 10er Abo/CHF 390