

KURSPROGRAMM AB 1. April 2024

ZEIT RAUM	MONTAG				DIENSTAG				MITTWOCH				DONNERSTAG				FREITAG				SAMSTAG				SONNTAG			
	A	B	DS	🌐	A	B	DS	🌐	A	B	DS	🌐	A	B	DS	🌐	A	B	DS	🌐	A	B	OUT	🌐	A	B	DS	🌐
06.00											06.00 Cycling Team																	
06.30																	06.15 Morgen- Stretching Babs				06.15 Morgen- Stretching Babs							
07.00																												
07.30																												
08.00													07.30 Chakra Yoga Ursina								08.00 BODEGA moves Babs							
08.30	08.30 Vinyasa Yoga Brigitte				08.30 ZUMBA Maria				08.30 Pilates Martina				08.30 Pilates Martina				08.30 Funct. Training Paul				08.00 BODEGA moves Babs				08.00 BODEGA moves Babs			
09.00													09.00 BODY PUMP Barbara/ Babs								09.10 FunTone Valentina				09.00 Yoga Basic Babs 1.&3.So. im Monat			
09.30	09.45 BODY PUMP Janine	09.45 five Gym Antonia			10.00 Rückenfit Barbara												09.45 Pilates Brigitte											
10.00																												
10.30													10.15 five Gym Babs/ Jenny												10.15 Sunday Specials Team			
11.00																												
11.30																												
12.00																												
12.30																												
17.00																												
17.30																												
18.00	17.45 BODY COMBAT Janine				18.00 BODEGA moves Babs	18.15 FunTone Valentina			17.30 Bauch Beine Po Nancy				18.00 Rücken- fit Yannick				17.30 Teens Dance Julia											
18.30													18.25 MAX. Babs				18.30 BODY PUMP Bettina	18.30 Dance Basic für jedermann Julia										
19.00	18.50 BODY PUMP E Barbara	18.45 Pilates Maja			19.15 BODY PUMP Babs				18.30 BODY COMBAT Janine				19.00 CORE Babs	19.00 Outdoor Training Yannick OUT	19.00 Cycling Annette/ Esther	19.00 CORE Babs												
19.30																												
20.00	19.45 ZUMBA Maria								19.35 BODY PUMP Janine	19.30 Pilates Maja			19.40 Yoga Babs															
20.30																												

Legende: Speziallabo Kinderhort Zoom-Kurse A = Raum A OUT = Draussen oder in der Tiefgarage DS = Dachgeschoss Onlinekurs mit Zoom Neue Kurse

Kursprogramm unter Vorbehalt, Programm wird nach Bedarf verändert. Aktuelle Version gemäss MyWellness App. Kursbuchung verbindlich über MyWellness.

Kursprogramm gemäss MyWellness-App.