

PROGRAMM GROUP-FITNESS (GÜLTIG VOM 1. FEBRUAR BIS 30. APRIL 2022)

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Yoga (60') 11.30 Uhr	Aqua-Power (45') 12 Uhr (erst ab dem 22. Februar)	Aqua-Gym (45') 8 Uhr		Aqua-Gym (45') 8 Uhr
Meditation (20') 12.40 Uhr	Aqua-Pilates (45') 17 Uhr	Golfer-Gym (50') 9 Uhr	Aqua-Pilates (45') 13 Uhr	
Aqua-Power (45') 17 Uhr		Yoga (60') 18.30 Uhr		
Woga (45') 18 Uhr	Hantel-Work-out (50') 18 Uhr		Zirkeltraining (40') 18 Uhr	
Pilates (50') 18.30 Uhr	Aqua-Interval (45') 19 Uhr	Aqua-Cycling (45') 19 Uhr	Bodyforming (50') 19 Uhr	
Yoga (60') 19.30 Uhr	Stretch & Mobility (50') 19 Uhr	Meditation (50') 19.40 Uhr		

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt, deshalb ist eine Anmeldung erforderlich. Änderungen des Kursprogramms sind vorbehalten.

An offiziellen Schweizer Feiertagen finden keine Kurse statt.