

PROGRAMM GROUP-FITNESS (GÜLTIG VOM 1. MAI BIS 30. JUNI 2022)

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
		Aqua-Gym (45') 8 Uhr		Aqua-Gym (45') 8 Uhr
			Aqua-Pilates (45') 13 Uhr	
Aqua-Power (45') 16.30 Uhr	Aqua-Pilates (45') 17 Uhr			
Woga® (45') 17.30 Uhr	Hantel-Work-out (50') 18 Uhr	Yoga (60') 18.30 Uhr	Bodyforming (50') 18 Uhr	
Pilates (50') 18.30 Uhr	Aqua-Intervall (45') 19 Uhr	Aqua-Cycling (45') 19 Uhr	Schluchten-Run (60') 19 Uhr	
Yoga (60') 19.30 Uhr		Meditation (20') 19.30 Uhr		

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt, deshalb ist eine Anmeldung erforderlich. Änderungen des Kursprogramms sind vorbehalten. An offiziellen Schweizer Feiertagen finden keine Kurse statt.