

PROGRAMM GROUP-FITNESS (GÜLTIG VOM 19. APRIL BIS 30. SEPTEMBER 2021)

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
		Yoga (50') 7 Uhr		
		*Aqua-Gym (45') 8 Uhr		*Aqua-Gym (45') 8 Uhr
			*Aqua-Pilates (45') 13 Uhr	
*Aqua-Power (45') 17.30 Uhr	*Aqua-Pilates (45') 17 Uhr		Faszien & Mobility (50') 18.00 Uhr	
Pilates (50') 18.30 Uhr	Hantel-Work-out (50') 18 Uhr	Hata-Yoga (75') 18.30 Uhr		
*Aqua-Yoga (45') 18.30 Uhr			Back and Core FIT (30') 19 Uhr	
Hata-Yoga (50') 19.30 Uhr	*Aqua-Power (45') 19 Uhr	*Aqua-Cycling (45') 19 Uhr	Yoga (50') 19.30 Uhr	

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

An offiziellen Schweizer Feiertagen (Auffahrt und Pfingsten) finden keine Kurse statt.

*Achtung, die Aqua-Kurse können aufgrund der Schutzmassnahmen bis auf Weiteres nicht angeboten werden.