

# SOMMER-KURSPROGRAMM 08. JULI - 11. AUGUST

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																																	
06.30																	06.15 Morgen- Stretching Babs																
07.00																																	
07.30																																	
08.00																																	
08.30	KINDERBETREUUNG	08.30 Vinyasa Yoga Brigitte							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	08.45 Achtsam i.M. Ursina	08.45 Achtsam i.M. Ursina				09.15 FunTone Valentina								09.00 Yoga Basic Babs 1.&3. So. im Monat						
09.30		09.45 BODY PUMP Janine																															
10.00					10.00 Rückenfit Barbara											09.45 Pilates Brigitte																	
10.30													10.15 five Gym Babs/ Jenny																				
11.00																																	
11.30																																	
12.00																																	
12.30									ab April 13.30 Parkinson																								
17.00									ab April 14.00 Parkinson																								
17.30									17.30 Bauch Beine Po Valentina																								
18.00	17.45 BODY COMBAT Janine				18.00 BODEGA moves Babs				18.00 BODEGA moves Babs							18.25 M.A.X. Babs	18.00 Rücken- fit Yannick	18.25 M.A.X. Babs	18.30 BODY PUMP Bettina														
18.30									18.30 BODY COMBAT Janine																								
19.00		18.45 Pilates Maja											19.00 CORE Babs																				
19.30					19.15 BODY PUMP Babs																												
20.00	19.45 ZUMBA Maria								19.35 BODY PUMP Janine				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.