

in-balance

Kursübersicht

Montag

07.00 - 08.15	Hatha Yoga (auf Anfrage)	Rebekka
09.30 - 10.30	Antara	Jrene
14.00 - 15.00	BeBo-Beckenbodentraining (14-tägl.)	Annam.
18.00 - 18.50	Minitrampolin belliconMove	Brigitte
19.00 - 19.50	Minitrampolin belliconMove	Brigitte

Weitere Informationen und Anmeldungen für eine Schnupperlektion direkt bei der zuständigen Kursleiterin:

Annamaria Mägerli

Tel. 079 319 23 89

Brigitte Zoro

Tel. 076 317 46 96

Jrene Ebner

Tel. 079 635 30 35

Marion Lötscher

Tel. 079 644 72 84

Desirée van der Laan

Tel. 076 363 20 86

Rebekka Camenzind

Tel. 079 753 65 59

Sobana Varathalingam

Tel. 078 683 43 21

Simona Minghella

Tel. 076 585 69 29

Dienstag:

07.00 - 08.15	Hatha Yoga (auf Anfrage)	Rebekka
09.00 - 10.00	Gesundheitsgymnastik 60+	Annamaria
12.10 - 13.10	Hatha Yoga	Simona
13.30 - 14.45	Hatha Yoga	Simona
17.30 - 18.45	Stretching	Marion
19.00 - 20.30	Beckenboden-Grundkurs*	Annamaria

Mittwoch:

07.00 - 08.15	Hatha Yoga (auf Anfrage)	Rebekka
17.00 - 17.50	Minitrampolin belliconMove 65+	Brigitte
18.00 - 18.50	Minitrampolin belliconMove	Brigitte

Donnerstag:

07.00 - 08.15	Hatha Yoga (auf Anfrage)	Rebekka
17.45 - 18.45	Hatha Yoga	Rebekka
18.50 - 20.05	Hatha Yoga	Rebekka

Freitag:

07.00 - 08.15	Hatha Yoga (auf Anfrage)	Rebekka
12.10 - 13.10	Hatha Yoga	Desirée
09.00 - 09.50	Minitrampolin belliconMove 65+	Brigitte

Sonntag:

17.30 - 19.30	Indischer Tanz für Kinder	Sobana
---------------	---------------------------	--------

Kurse fortlaufend, Eintritt jederzeit möglich

*Beckenboden-Grundkurs nach dem BeBo®-Konzept,
17.10. – 28.11.2017 (7 x)

Viele unserer Kurse sind von den Krankenkassen anerkannt.