

## Kursangebote 2019

### MONTAG

09.00 - 10.00	Aerobic & Krafttraining	Manuela Frey	079 817 49 34
12.10 - 13.00	Pilates	Judith Freudiger	079 446 91 21
14.00 - 15.00	Gymnastik	Susanne Bucco	079 654 79 76
17.30 - 18.30	Pilates	<a href="#">Sibylle Aebischer</a>	076 593 09 59
18.45 - 19.45	Pilates	<a href="#">Sibylle Aebischer</a>	076 593 09 59
20.00 - 21.00	Yoga für Männer	Hanspeter Handschin	079 304 91 33

### DIENSTAG

17.30 - 18.30	<a href="#">Hip-Hop</a>	Anja Schäublin	079 552 73 06
17.45 - 19.00	Yoga	Dorothea Honegger	079 813 64 51
19.15 - 20.45	Yoga	Dorothea Honegger	079 813 64 51
19.45 - 20.45	Zumba	Eva Nani	076 450 01 68

### MITTWOCH

09.30 - 10.30	<a href="#">Pilates</a>	Caroline Joss	061 941 28 28
18.00 - 19.00	Pilates	Jeannine Kämpfer	079 315 46 28
19.05 - 20.05	Pilates	Jeannine Kämpfer	079 315 46 28
19.30 - 20.30	Fitness Kickboxen	Adamo Piccinni	078 853 70 74

### DONNERSTAG

09.30 - 10.30	Yoga	Silvia Scherrer	079 348 77 33
18.15 - 19.15	Yoga	Angelika Tanner	079 613 75 42
19.30 - 20.30	Yoga	Anita Buess	079 277 04 10
20.30 - 21.00	Yoga mit Meditation	Anita Buess	079 277 04 10

### FREITAG

09.15 - 10.15	Zumba	Eva Nani	076 450 01 68
19.30 - 20.30	Zumba	Eva Nani	076 450 01 68