



Kursangebote 2022

MONTAG

| | | | |
|---------------|-------------|---------------------|---------------|
| 14.00 - 15.00 | Gymnastik | Susanne Bucco | 079 654 79 76 |
| 17.30 - 18.30 | Pilates | Sibylle Aebischer | 076 593 09 59 |
| 18.45 - 19.45 | Pilates | Sibylle Aebischer | 076 593 09 59 |
| 19.30 - 20.30 | Zumba | Andrea Pablos | 079 299 99 49 |
| 20.00 - 21.15 | Yoga Männer | Hanspeter Handschin | 079 304 91 33 |

DIENSTAG

| | | | |
|---------------|-------|-------------------|---------------|
| 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

| | | | |
|---------------|-------------------|-------------------|---------------|
| 09.00 - 09.55 | Pilates | Sabrina Rivas | 079 447 61 37 |
| 10.05 - 11.00 | Pilates | Sabrina Rivas | 079 447 61 37 |
| 12.10 - 13.00 | Pilates | Judith Freudiger | 079 446 91 21 |
| 17.30 - 18.30 | Pilates | Sibylle Aebischer | 076 593 09 59 |
| 18.45 - 19.45 | Pilates | Sibylle Aebischer | 076 593 09 59 |
| 19.30 - 20.30 | Fitness Kickboxen | Adamo Piccinni | 078 853 70 74 |

DONNERSTAG

| | | | |
|---------------|--------|-----------------|---------------|
| 09.30 - 10.30 | Yoga | Muriel Gürtler | 077 813 16 42 |
| 18.15 - 19.15 | Yoga | Angelika Tanner | 079 613 75 42 |
| 19.30 - 20.30 | Yoga | Angelika Tanner | 079 613 75 42 |
| 19.30 - 20.30 | Strong | Lorena Nani | 076 465 44 34 |

FREITAG

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

Weitere Auskünfte erhalten Sie über obige Telefonnummern oder bei

Pia Zürcher, Leitung Sportcenter, 079 692 99 00.

Schnupperlektionen sind jederzeit möglich. Einfach vorbeikommen und reinschauen!