

## STUNDENPLAN 01/2023

### AQUAGYMNASTIK

#### Hallenbad Rodtegg Luzern

Montag 19h00 - 19h45

Montag 19h45 - 20h30

Montag 20h30 - 21h15

#### Hallenbad Luzern

Mittwoch 11h30 - 12h15

Donnerstag 09h00 - 09h45

Donnerstag 09h45 - 10h30

#### Hallenbad Mooshüsli Emmen

Freitag 08h45 - 09h30

Freitag 09h35 - 10h20

### RÜCKENGYMNASTIK

#### PCL-Kurslokal PanGas Kriens

Montag 16h00 - 16h55

Montag 17h00 - 17h55

Dienstag 19h00 - 19h55

Mittwoch 19h00 - 19h55

Donnerstag 08h45 - 09h40

Donnerstag 09h45 - 10h40 Männer

Donnerstag 18h00 - 18h55

#### Pfarreizentrum St. Karl Luzern

Mittwoch 08h30 - 09h25

Mittwoch 09h30 - 10h25

Mittwoch 17h00 - 17h55

Mittwoch 18h00 - 18h55

Donnerstag 08h00 - 08h55

Donnerstag 09h00 - 09h55

#### FitPlus Willisau GmbH

Mittwoch 13h30 - 14h30

Mittwoch 17h30 - 18h30

#### Wäsmäli Treff Luzern

Dienstag 08h30 - 09h25

Dienstag 09h30 - 10h25

### RÜCKBILDUNG MIT BABY

#### PCL-Kursraum PanGas Kriens

Donnerstag 16h30 - 17h20

Freitag 10h15 - 11h10

#### Wäsmäli Treff

Dienstag 10h30 - 11h25

### PILATES

#### PCL-Kursraum PanGas Kriens

Montag 18h00 - 18h55

Montag 19h00 - 19h55

Dienstag 18h00 - 18h55

Mittwoch 18h00 - 18h55

Donnerstag 19h00 - 19h55

Freitag 09h00 - 09h55

#### Der Maihof Luzern

Dienstag 09h00 - 09h55

Dienstag 10h00 - 10h55

#### Wäsmäli Treff Luzern

Mittwoch 18h00 - 18h55

Mittwoch 19h00 - 19h55

## KURSPREISE FÜR MITGLIEDER

### AQUAGYMNASTIK

#### Hallenbad Rodtegg Luzern

CHF 20.00 pro Lektion

#### Hallenbad Luzern

CHF 18.00 pro Lektion exkl. Eintritt

#### Hallenbad Mooshüsli Emmen

CHF 18.00 pro Lektion exkl. Eintritt

### RÜCKENGYMNASTIK / PILATES

CHF 18.00 pro Lektion

### RÜCKBILDUNG MIT BABY

CHF 22.00 pro Lektion

