

STUNDENPLAN 02/2024

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

Hallenbad Schmiedhof Ebikon

Mittwoch 15h15 - 16h00

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 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

LINE DANCE Schnupperkurs (Anfänger)

PCL-Kurslokal PanGas Kriens

Dienstag 20h05 - 21h05

RÜCKBILDUNG MIT BABY

PCL-Kursraum PanGas Kriens

Donnerstag 16h30 - 17h20

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 18h15 - 19h10
 Mittwoch 19h15 - 20h10*

*Pilates für Schwangere

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

