

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
6.00h			6.20-7.20h POWERYOGA Manuela Grüter						
8.00h	8.30-9.30h PILATES Esther Koller		8.15-9.15h POWERYOGA Manuela Grüter	8.15h-9.15h KRAFT AUS DER MITTE Julia Wildi		08.30-09.30h FIT CORE Sandra Duprat			8.30-9.30h PILATES Esther Koller
9.00h		09.30-10.30h FELDENKRAIS Romie Peyer		9.40h-10.40h KRAFT AUS DER MITTE Julia Wildi					
17.00h		17.30-18.30h POWERYOGA Manuela Grüter		17.45-18.45h FELDENKRAIS Romie Peyer			17.30-18.30h NIA Verena Schmid		
18.00h			18.30-19.30h PILATES Esther Koller			18.00-19.00h POWERYOGA Manuela Grüter			
19.00h	19.00-20.00h INSIDE YOGA Sandra Duprat	19.00-20.00h POWERYOGA Manuela Grüter		19.00-20.00h TANZ und FITNESS Ü40 Lucrecia Frank		19.30-20.30h POWERYOGA Manuela Grüter	19.00-20.00h INSIDE YOGA Sandra Duprat	18.45-19.45h POWERYOGA Manuela Grüter	
20.00h		20.15-21.15h YOGA für MÄNNER (Anf.) Manuela Grüter	20.00-21.00h PILATES Esther Koller					20.15-21.15h YINYOGA Manuela Grüter	