

STUNDENPLAN RAUM 4

Bahnhofstr. 6b | 6c

MO		DI		MI		DO		FR	
6c	6b	6c	6b	6c	6b	6c	6b	6c	6b
			6:20 – 7:20 VINYASA POWERYOGA Manuela Grüter						
			8:30 – 9:30 VINYASA POWERYOGA Manuela Grüter	8:15 – 9:15 KRAFT AUS DER MITTE Julia Wildli	8:30 – 9:30 BODYTONING Sandra Duprat				8:30 – 9:30 YOGA FÜR SENIOREN Pro Senectute
	9:30 – 10:30 FELDENKRAIS Romie Peyer			9:40 – 10:40 KRAFT AUS DER MITTE Julia Wildli		10:00 – 11:00 RÜCKENGYM Rheumaliga LU			
17:30 – 18:30 INSIDE ALIGNMENT Sandra Duprat	17:30 – 18:30 VINYASA POWERYOGA Manuela Grüter		17:45 – 18:45 FELDENKRAIS Romie Preyer	17:30 – 18:30 INSIDE FLOW Sandra Duprat	18:15– 19:15 YINYOGA Manuela Grüter	17:30 – 18:30 NIA Verena Schmid	17:30 – 18:30 PILATES Patrizia Wagner		
18:45 – 20:00 INSIDE YOGA Sandra Duprat	19:00 – 20:00 VINYASA POWERYOGA Manuela Grüter			19:00 – 20:00 TANZ und FITNESS Ü40 Lucrecia Frank	19:30 – 20:30 VINYASA POWERYOGA Manuela Grüter	19:00 – 20:15 INSIDE YOGA Sandra Duprat	19:00 – 20:00 VINYASA POWERYOGA Manuela Grüter		
20:20 – 21:20 KRAFT AUS DER MITTE Julia Wildli	20:15 – 21:15 YOGA für MÄNNER (Anf.) Manuela Grüter				20:30 – 21:00 YOGANIDRA Manuela Grüter				