

STUNDENPLAN PILATES UND YOGA IM KLOSTERHOF HERBST/WINTER 2017

Montag PI 7:50 - 8:50 PI 9:00 - 10:00	Dienstag VY 9:00 - 10:15 VY60+ 10:30 - 11:30 PI 18:15 - 19:15 PY 19:30 - 20:30 PYE 20:30 - 21:30	Mittwoch PI 18:45 - 19:45 Mä 20:00 - 21:00	Donnerstag VY 19:45 - 21:00	Freitag VY early 6:45 - 7:45 PI 7:50 - 8:50 PI 9:00 - 10:00 PI SE 10:15 - 11:15
14-Aug.	Maria Himmelfahrt	16-Aug.	17-Aug.	18-Aug.
21-Aug.	22-Aug.	23-Aug.	24-Aug.	25-Aug.
28-Aug.	29-Aug.	30-Aug.	31-Aug.	1-Sep.
4-Sep.	5-Sep.	6-Sep.	7-Sep.	8-Sep.
11-Sep.	12-Sep.	13-Sep.	14-Sep.	15-Sep.
18-Sep.	19-Sep.	20-Sep.	21-Sep.	22-Sep.
Bruder Klaus	26-Sep.	27-Sep.	28-Sep.	29-Sep.
2-Okt.	3-Okt.	4-Okt.	5-Okt.	6-Okt.
Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
30-Okt.	31-Okt.	Allerheiligen	2-Nov.	3-Nov.
6-Nov.	7-Nov.	8-Nov.	9-Nov.	10-Nov.
13-Nov.	14-Nov.	15-Nov.	16-Nov.	17-Nov.
20-Nov.	21-Nov.	22-Nov.	23-Nov.	24-Nov.
27-Nov.	28-Nov.	29-Nov.	30-Nov.	1-Dez.
4-Dez.	5-Dez.	6-Dez.	7-Dez.	8-Dez.
11-Dez.	12-Dez.	13-Dez.	14-Dez.	15-Dez.
18-Dez.	19-Dez.	20-Dez.	21-Dez.	22-Dez.
Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien

Kurskosten:

Montag: 270.— Dienstag: 270.— Mittwoch: 270.— Donnerstag 288.— Freitag 270.—

Legende:

PI = Pilates Mä = Pilates Männer PI SE = Senioren Pilates und Gleichgewicht
 VY = Vinyasa Yoga VY 60 + = Sanftes Yoga, Beweglichkeit, Mobilisation
 PY = Power Yoga PYE = Power Yoga Einsteiger

Kontakte:

Christine Biedermann, Pilates 079 706 51 25
 Marina Branger, Vinyasa Yoga 079 635 11 25
 Ruth Arnet, Power Yoga 079 228 32 10
 Fränzi Camenzind 079 777 37 54

