

## STUNDENPLAN PILATES UND YOGA IM KLOSTERHOF WINTER/FRÜHLING 2018

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 Einsteiger Stunden 18:30 - 19:30 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
8-Jan.	9-Jan.	10-Jan.	11-Jan.	12-Jan.
15-Jan.	16-Jan.	17-Jan.	18-Jan.	19-Jan.
22-Jan.	23-Jan.	24-Jan.	25-Jan.	26-Jan.
29-Jan.	30-Jan.	31-Jan.	1-Feb.	2-Feb.
5-Feb.	6-Feb.	7-Feb.	Ferien 8. Feb.	Ferien
Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien 16. Feb.
19-Feb.	20-Feb.	21-Feb.	22-Feb.	23-Feb.
26-Feb	27-Feb	28-Feb	1-März	2-März
5-März	6-März	7-März	8-März	9-März
12-März	13-März	14-März	15-März	16-März
19-März	20-März	Hl. Benedikt	22-März	23-März
26-März	27-März	28-März	29-März	Karfreitag 30. März
Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien
Ferien	Ferien	Ferien	Ferien	Ferien 13. April
16-Apr.	17-Apr.	18-Apr.	19-Apr.	20-Apr.
23-Apr.	24-Apr.	25-Apr.	26-Apr.	27-Apr.
30-Apr.	1-Mai	2-Mai	3-Mai	4-Mai
7-Mai	8-Mai	9-Mai	Auffahrt	11-Mai
14-Mai	15-Mai	16-Mai	17-Mai	18-Mai
Pfingstmontag	22-Mai	23-Mai	24-Mai	25-Mai
28-Mai	29-Mai	30-Mai	Fronleichnam	1-Juni
4-Juni	5-Juni	6-Juni	7-Juni	8-Juni
11-Juni	12-Juni	13-Juni	14-Juni	15-Juni
18-Juni	19-Juni	20-Juni	21-Juni	22-Juni
25-Juni	26-Juni	27-Juni	28-Juni	29- Juni

Montag: 378.-

Dienstag: 396.-

Mittwoch: 378.-

Donnerstag: 342.-

Freitag: 324.-

### 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

