

PENDULUM

Michèle Zoss

079 208 03 56

Moosmattstr.25

*Nur mit Anmeldung

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Morgen		08.15-09.15 Power Pilates 09.30-10.30 Uhr Power Yoga/Aerial*	08.00-09.00 Yoga 09.15-10.15 Pilates	07.45-08.45 Pilates 09.00-10.00 Yoga	07:30-08:30 Power Pilates	Pendulum Aktuell Seite Pilates/Power/Vinyasa Aerial* /Yin Yoga 1-2 mal Monatlich 75/ 90 Minuten	
Mittag	12.30-13.30 Rücken Pilates						
Nachmittag	16:45-17:30 Kids Yoga	13.00-14.00 Pilates	18-18:50* Yin Yoga*	14:30-15:30 * Yoga mit dem Stuhl ab 4 Personen. 16:45-17:30 Kids Yoga*			Yoga 1x im Monat Herbst / Winter
Abend	18.00-19.00 Yoga 19.15-20.15 Yoga 20.20-21.20 Pilates	17.00-18.00 Yin Yoga 18.15-19.15 Pilates 19.30-20.30 Yoga	19.00-20.00 PowerVinyasaYoga	18:15-19:10* P. Aerial Yoga Max. 5 Teilnehmer			