



Unser Stundenplan

THERAPIE

TRAINING

CAFÉLOUNGE

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH Morgen mit Kinderhort	DONNERSTAG	FREITAG
CaféLounge während den Öffnungszeiten	CaféLounge während den Öffnungszeiten	CaféLounge während den Öffnungszeiten	CaféLounge während den Öffnungszeiten	CaféLounge während den Öffnungszeiten
Salsa-Samba Workout Yanieri 9.10h-10.10h & 10.15h-11.15h		TRX Véro Meier 9.30h-10.30h	Pilates Franziska Moser 08.30h-9.25h & 9.40h-10.35h	Yoga Ana Reinoso 7.45h-8.45h
Pysiotherapie Sandra Krebs Eva Wüthrich 8.00h-11.30h		Physiotherapie Sandra Krebs 7.30h-11.30h	Pysiotherapie Sandra Krebs 8.00h-11.30h	Massage Véro Meier Osteopathie Barbara Bähler 7.30h-12.00h
Pysiotherapie Eva Wüthrich 13.00h-18.00h	Massage Véro Meier Birgit Bertram 13.00h-18.00h	Massage Birgit Bertram 12.00h-18.00h	Pysiotherapie Eva Wüthrich 13.00h-18.00h	Massage Véro Meier Osteopathie Barbara Bähler 14.00h-18.00h
Massage Véro Meier 18.00h-22.00h		Rückbildungsgym. mit Baby Regina Nussbaum 17.55h-19.00h	Bodytoning Achim und Martin 18.00h-19.00h	Biodynamische Craniosacral Therapie Qenan Sejdu 13.00h-19.00h
Pilates / Nadine Marmet 18.45h-19.40h Yoga / Christina Reif 19.45-20.45 Outdoor Workout Monique Zaugg 19.30h-20.30h	2 Kurse TRX / Fullbodycross Achim Bühlmann & Martin Stalder 18.00h-19.00h 19.05h-20.05	Regina Nussbaum Bewegung in der Schwangerschaft 19.05h-20.05h Rückbildungsgymnastik 20.10h-21.10h	2 Kurse TRX / Fullbodycross Achim Bühlmann & Martin Stalder 19.05h-20.05h & 20.10h-21.10h	