

STUNDENPLAN

BUCHBAR UNTER WWW.DIESCHEUNE.CH POWERKNOPF LINKS UNTEN



PT = Personal Training oder wahlweise als Duett buchbar (2 Teilnehmer melden sich im Team an)

Fr. 130.– im Einzeltraining / Fr. 75.– pro Person im Duett

REFORMER = Kleingruppe (4 Teilnehmer), Fr. 54.– pro Person / 55 Min.

CHAIR / MYOFASCIAL TRAINING = Kleingruppe (4 Teilnehmer), Fr. 54.– pro Person / 55 Min.

MYOFASCIAL T. / PILATES MATTE = Myofasziales Training auf der Matte (8 Teilnehmer), Fr. 32.– pro Person / 55 Min.

RÜCKBILDUNG = Kleingruppe (8-10 Teilnehmer), Fr. 30.– pro Person / 55 Min

Alle Preise inkl. 7.7 % Mehrwertsteuer

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
PT / DUETT MIT ANNIE P. 08:00 – 08:55	PT / DUETT MIT TINA K. 08:00 – 08:55	PT / DUETT MIT ANNIE P. 08:00 – 08:55	PT / DUETT MIT TINA K. 08:00 – 08:55	PT / DUETT MIT TINA K. 08:00 – 08:55	PT TRAINER SIEHE WEB 08:30 – 09:25
REFORMER MIT ANNIE P. 09:00 – 09:55	PT / DUETT MIT TINA K. 09:00 – 09:55	REFORMER MIT ANNIE P. 09:00 – 09:55	PT / DUETT MIT TINA K. 09:00 – 09:55	REFORMER MIT TINA K. 09:00 – 09:55	PT TRAINER SIEHE WEB 09:30 – 10 :25
MORNING FLOW MATTE MIT ANNIE P. 10:00 – 10:55	REFORMER MIT TINA K. 10:00 – 10:55	PT / DUETT MIT ANNIE P. 10:00 – 10:55		CHAIR MIT TINA K. 10:00 – 10:55	PT TRAINER SIEHE WEB 10:30 – 11:25
	PT / DUETT MIT TINA K. 11:00 – 11:55		PT / DUETT MIT ANNIE P. 11:00 – 11:55	PT / DUETT MIT TINA K. 11:00 – 11:55	PT TRAINER SIEHE WEB 11:30 – 12:25
			REFORMER ÜBER MITTAG MIT ANNIE P. 12:15 – 13:10	PT / DUETT MIT TINA K. 12:00 – 12:55	
PT / DUETT MIT TINA K. 14:00 – 14:55		PT / DUETT MIT TINA K. 14:00 – 14:55	REFORMER FÜR SENIOREN 70+ MIT ANNA M. 14:00 – 14:55	PT / DUETT MIT TINA K. 14:00 – 14:55	
PT / DUETT MIT TINA K. 15:00 – 15:55		PT / DUETT MIT TINA K. 15:00 – 15:55	PT / DUETT MIT ANNA M. 15:00 – 15:55	PT / DUETT MIT TINA K. 15:00 – 15:55	
PT / DUETT MIT TINA K. 16:00 – 16:55	PT / DUETT MIT ANNIE P. 16:00 – 16:55	PT / DUETT MIT TINA K. 16:00 – 16:55		PT / DUETT MIT TINA K. 16:00 – 16:55	
REFORMER MIT TINA K. 17:00 – 17:55	PT / DUETT MIT ANNIE P. 17:00-17:55	PT / DUETT MIT TINA K. 17:00 – 17:55	PT / DUETT MIT TALITHA R. 17:00 – 17:55		
REFORMER MIT TINA K. 18:00 – 18:55	REFORMER MIT ANNIE P. 18:00 – 18:55	REFORMER MIT TINA K. 18:00 – 18:55	PT / DUETT MIT TALITHA R. 18:00 – 18:55		
MYOFASZIALES TRAINING MIT TINA K. (ATHLETISCH) 19:15 – 20:10	PILATES MATTE MIT ANNIE P. 19:00 – 19:55	MYOFASZIALES TRAINING MIT TINA K. (ENTSPANNT) 19:30 – 20:25	RÜCKBILDUNGSKURS (19.09. – 05.12.19) MIT TALITHA R. 19:00 – 19:55		
	PT / DUETT MIT ANNIE P. 20:00 – 20:55				