

STUNDENPLAN

GÜLTIG AB JULI 2020

BUCHBAR UNTER WWW.DIESCHEUNE.CH POWERKNOPF UNTEN LINKS



Änderungen sowohl des Stundenplans als auch der zuständigen Lehrer sind möglich. Wir bitten um Ihr Verständnis.
Die Pilates Mattenklassen finden ab 3 Personen statt; die Geräteklassen auf dem Reformer/Chair bereits ab 2 Personen.

Sollten Sie dennoch als EinzelteilnehmerIn die Durchführung der Klasse wünschen, so können Sie diese in ein Einzeltraining (130 CHF) umwandeln. Wir sagen Klassen im Fall einer geringen TeilnehmerInnenzahl am Morgen des Durchführungstages per Mail ab (bei Morgenklassen am Abend vorher).

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 = Myofaszielles Training auf der Matte (4 Teilnehmer), Fr. 32.– pro Person / 55 Min.

RÜCKBILDUNG = Kleingruppe (4 Teilnehmer), Fr. 30.– pro Person / 55 Min.

Alle Preise inkl. 7.7 % Mehrwertsteuer

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
PT/DUETT MIT TINA K. 08:00 – 08:55	PT/DUETT MIT TINA K. 08:00 – 08:55	TERMINE AUF ANFRAGE TRAININGS, SUPERVISIONEN UND KÖRPER- THERAPIE 08:00 – 12:00 UHR	PT/DUETT MIT TINA K. 08:00 – 08:55	PT/DUETT MIT TINA K. 08:00 – 08:55	
REFORMER MIT TINA K. 09:15 – 10:10	PT/DUETT MIT TINA K. 09:00 – 09:55		PT/DUETT MIT TINA K. 09:15 – 10:10	REFORMER MIT TINA K. 09:15 – 10:10	IM SOMMER: SLINGS MYOFASCIAL TRAINING MIT TINA K. 09:00 – 09:55
	REFORMER MIT TINA K. 10:15 – 11:10		PT/DUETT MIT TINA K. 10:30 – 11:25	PT/DUETT MIT TINA K. 10:15 – 11:10	PT/DUETT WECHSELNDE TRAINER 10:15 – 11:10
	PT/DUETT MIT TINA K. 11:30 – 12:25			PT/DUETT MIT TINA K. 11:30 – 12:25	PT/DUETT WECHSELNDE TRAINER 11:15 – 12:10
				PT/DUETT MIT TINA K. 12:00 – 12:55	
PT/DUETT MIT TINA K. 13:45 – 14:40		PT/DUETT MIT TINA K. 13:45 – 14:40		PT 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 MIT TINA K. 15:00 – 15:55	
PT/DUETT MIT TINA K. 16:00 – 16:55		PT/DUETT MIT TINA K. 16:00 – 16:55	PT/DUETT MIT TALITHA R. 16:00 – 16:55		
REFORMER MIT TINA K. 17:00 – 17:55 U.A. SIEHE WEB	PT/DUETT MIT ANNIE P. 17:00-17:55	PT/DUETT MIT TINA K. 17:15 – 18:10	PT/DUETT MIT TALITHA R. 17:15 – 18:10		
CHAIR MIT TINA K. 18:00 – 18:55	REFORMER MIT ANNIE P. 18:15 – 19:10	REFORMER MIT TINA K. 18:15 – 19:10	REFORMER MIT TALITHA R. 18:15 – 19:10		
PT/DUETT TRAINER NACH VERFÜG- BARKEIT SIEHE WEB 18:00 – 18:55	PILATES MATTE MIT ANNIE P. 19:15 – 20:10	SLING MYOFASCIAL TRAINING MIT TINA K. (ENTSPANNT) 19:30 – 20:25	RÜCKBILDUNGSKURS MIT TALITHA R. 19:15 – 20:10		
SLING MYOFASCIAL TRAINING MIT TINA K. (ATHLETISCH) 19:15 – 20:10					