

STUNDENPLAN

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 (Fr. 130.–) 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, Fr. 32.– pro Person / 55 Min.

RÜCKBILDUNG = Kleingruppe, 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	TINA K.: TERMINE AUF ANFRAGE TRAININGS, SUPER- VISIONEN UND KÖRPERTHERAPIE 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 ANYA D. 09:15 – 10:10	PT/DUETT MIT TINA K. 09:00 – 09:55 AB OKT. PT/DUETT MIT ANYA D. 09:00 – 09:55		AB OKT. PT/DUETT MIT ANYA D. 09:00 – 09:55	PT/DUETT MIT TINA K. 09:15 – 10:10	REFORMER MIT TINA K. 09:15 – 10:10
PT/DUETT MIT ANYA D. 10:15 – 11:10	REFORMER MIT TINA K. 10:15 – 11:10 AB OKT. PT MIT ANYA D. 10:15 – 11:10 (KEIN DUETT)	AB OKT. PT/DUETT MIT ANYA D. 09:00 – 09:55	AB OKT. PT/DUETT MIT ANYA D. 10:00 – 10:55	PT/DUETT MIT TINA K. 10:15 – 11:10	PT/DUETT MIT ANNIE P. 10:00 – 10:55
	PT/DUETT MIT TINA K. 11:30 – 12:25	AB OKT. REFORMER MIT ANYA D. 10:00 – 10:55	PT/DUETT MIT TINA K. 10:30 – 11:25	PT/DUETT MIT TINA K. 11:30 – 12:25	PT/DUETT WECHSELNDE TRAINER 11:15 – 12:10
	AB NOV. PT/DUETT MIT JESSICA D.N. 13:00 – 13:55		PT/DUETT MIT TINA K. 12:00 – 12:55		REFORMER MIT ANNIE P. 11:00 – 11:55
PT/DUETT MIT TINA K. 13:45 – 14:40	AB NOV. PT/DUETT MIT JESSICA D.N. 14:00 – 14:55	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		
PT MIT VIVIAN H. 17:00 – 17:55					
CHAIR MIT TINA K. 18:00 – 18:55	PILATES MATTE MIT ANNIE P. 18:00 – 18:55	REFORMER MIT TINA K. 18:15 – 19:10	REFORMER MIT TALITHA R. 18:15 – 19:10		
PT/DUETT MIT VIVIAN H. 18:00 – 18:55					
SLING MYOFASCIAL TRAINING MIT TINA K. (ATHLETISCH) 19:15 – 20:10	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		