

Stundenplan ab Januar 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		8:30 - 09:30 RÜCKEN-FIT mit Sonja - Bitte anmelden			8:00 - 12:30 THAI YOGA MASSAGE mit Martina Anmeldung 079 657 22 22
	09:15 - 10:30 Babymassage mit Daniela Termine und Anmeldung unter: www.wickelwind.ch				
				13:30 - 18:00 THAI YOGA MASSAGE mit Martina Anmeldung 079 657 22 22	
18:00 - 19:00 YO-PIL mit Sonja (Mischung aus Yoga und Pilates)	18:15 - 19:15 PILATES mit Sonja			Jeder 2. Freitag im Monat 18:30 - 20:00 YIN-YOGA mit Sonja * Bitte anmelden *	
19:10 - 20:10 PILATES mit Sonja	19:30 - 20:30 YOGA mit Sonja		19:30 - 20:30 VINYASA YOGA mit Monica Anmeldung: 079 701 09 82		