

	Montag 19.10.	Dienstag 20.10.	Mittwoch 21.10.	Donnerstag 22.10.	Freitag 23.10.	Samstag 24.10.	Sonntag 25.10.
Morgen	Pilates * 😊 09.00 – 09.55 D.	Yoga * 08.00 – 09.00 T.	Yin Yang Yoga * 08.00 – 09.00 D.	Powerfusion TRX 08.30 – 09.15 K.	Pilates * 😊 08.30 – 09.25 T.		
	Rückbildungspilates 😊 10.15 – 11.10 D.	Jumping Workout 😊 09.15 – 10.00 K.	Full Body HIIT 😊 09.15 – 10.10 M.	Personaltraining 09.30 – 10.30 D.	Yoga * 😊 09.30 – 10.30 T.		Cardio & Strength 10.15 – 11.00 A.
	Reformer Personaltraining 11.15 – 12.10	Pilates * 10.15 – 11.10 D. 😊					
Mittag	Reformer Personaltraining 12.30 – 13.30						
Nachmittag / Abend							
				Privater Anlass 14.00 – 15.30			
		Pilates Best Age 17.00 – 17.50 D.					
	Pilates * 19.00 – 19.55 D.	Pilates * 18.00 – 18.55 D.	Booty Boost 18.30 – 19.20 S.	Pilates * 18.00 – 18.55 D.			
	Yin Yoga * 20.00 – 21.00 D.	Powerworkout 19.15 – 20.00 A.		Circuit Workout 19.15 – 20.00 A.			

😊 Kurse mit kostenloser Kinderbetreuung *Der Kurs findet auch online statt (a) Der Kurs findet alternierend statt
Bitte melde dich vor jedem Besuch einer Lektion unter 079 664 13 50 oder info@sweatstudio.ch an!

	Montag 26.10.	Dienstag 27.10.	Mittwoch 28.10.	Donnerstag 29.10.	Freitag 30.10.	Samstag 31.10.	Sonntag 01.11.
Morgen	Pilates * 😊 09.00 – 09.55 D.	Yoga * 08.00 – 09.00 T.	Yin Yang Yoga * 08.00 – 09.00 D.	Powerfusion TRX 😊 08.30 – 09.15 K.	Pilates * 😊 08.30 – 09.25 D.		
	Rückbildungspilates 😊 10.15 – 11.10 D.	Jumping Workout 😊 09.15 – 10.00 K.	Full Body HIIT 😊 09.15 – 10.10 M.	Personaltraining 09.30 – 10.30 D.	Yoga * 😊 09.30 – 10.30 T.		Jumping Workout 10.15 – 11.00 D.
	Reformer Personaltraining 11.15 – 12.10	Pilates * 10.15 – 11.10 D. 😊					
Mittag	Reformer Personaltraining 12.30 – 13.30						
Nachmittag / Abend							
				Privater Anlass 14.00 – 15.30			
		Pilates Best Age 17.00 – 17.50 D.					
	Pilates * 19.00 – 19.55 D.	Pilates * 18.00 – 18.55 D.	Booty Boost 18.30 – 19.20 S.	Pilates * 18.00 – 18.55 D.			
	Yin Yoga * 20.00 – 21.00 D.	Powerworkout 19.15 – 20.00 A.		Circuit Workout 19.15 – 20.00 A.			

😊 Kurse mit kostenloser Kinderbetreuung *Der Kurs findet auch online statt (a) Der Kurs findet alternierend statt
Bitte melde dich vor jedem Besuch einer Lektion unter 079 664 13 50 oder info@sweatstudio.ch an!