

	Montag 23.09.	Dienstag 24.09.	Mittwoch 25.09.	Donnerstag 26.09.	Freitag 27.09.	Samstag 28.09.	Sonntag 29.09.
Morgen		<b>Yoga *</b> 08.00 – 09.00 Tetjana		<b>TRX Workout</b> 08.30 – 09.15 Dimi 😊	<b>Pilates*</b> 08.30 – 09.25 Tetjana 😊		<b>Yoga</b> 08.45 – 10.00 Tetjana
	<b>Pilates *</b> 09.00 – 09.55 Dimi 😊	<b>Jump &amp; Core</b> Powerworkout 09.15 – 10.05 Mariela 😊	<b>Full Body HIIT</b> 09.15 – 10.10 Miriam 😊		<b>Yoga *</b> 09.45 – 10.45 😊 Tetjana		<b>JumPi</b> Powerworkout 10.15 – 11.00 Miri
	<b>Rückbildungspilates *</b> 10.15 – 11.15 Dimi 😊	<b>Pilates *</b> 10.15 – 11.10 Dimi 😊					
Mittag							
Nachmittag / Abend		Private Veranstaltung 13.30 – 14.30	Private Veranstaltung 17.00 – 18.00	Private Veranstaltung 14.00– 16.00			
		<b>Best Age Pilates</b> 17.00 -17.50 Dimi	<b>BOOTY BOOST</b> 19.00 – 19.50 Sohee				
	<b>Pilates *</b> 19.00 – 19.55 Dimi	<b>Pilates *</b> 18.00 – 18.55 Dimi	Yin Yoga*(a) 20.00 – 21.00 Dimi	<b>Full Body HIIT</b> 19.15 – 20.00 Miri & Kalpana			
	<b>Aerial Yoga</b> 20.15 – 21.30 Jolanda						

😊 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](mailto:info@sweatstudio.ch) an!**

	Montag 30.09.	Dienstag 01.10.	Mittwoch 02.10.	Donnerstag 03.10.	Freitag 04.10.	Samstag 05.10.	Sonntag 06.10.
Morgen		<b>Yoga *</b> 08.00 – 09.00 Tetjana	<b>Yoga *</b> 08.00 – 09.00 Dimi	<b>TRX Workout</b> 08.30 – 09.15 Dimi 😊	<b>Pilates*</b> 08.30 – 09.25 Dimi 😊		<b>Yoga</b> 08.45 – 10.00 Dimi
	<b>Pilates *</b> 09.00 – 09.55 Julia 😊	<b>Jump &amp; Core</b> Powerworkout 09.15 – 10.05 Mariela 😊	<b>Full Body HIIT</b> 09.15 – 10.10 Miriam 😊		<b>Yoga *</b> 09.45 – 10.45 Tetjana 😊	<b>Yoga Teacher Training</b> 09.00 – 12.00	
	<b>Rückbildungspilates *</b> 10.15 – 11.15 Julia 😊	<b>Pilates *</b> 10.15 – 11.10 Dimi 😊					
Mittag							
Nachmittag / Abend		Private Veranstaltung 13.30 – 14.30	Private Veranstaltung 17.00 – 18.00	Private Veranstaltung 14.00 – 16.00			
		<b>Best Age Pilates</b> 17.00 -17.50 Dimi	<b>BOOTY BOOST</b> 19.00 – 19.50 Sohee	<b>Pilates *</b> 18.00 – 18.55 Dimi			
	<b>Pilates *</b> 19.00 – 19.55 Dimi	<b>Pilates *</b> 18.00 – 18.55 Dimi	Yin Yoga*(a) 20.00 – 21.00 Dimi	<b>Jump &amp; Core</b> Powerworkout 19.15 – 20.00 Miri			
	<b>Aerial Yoga</b> 20.15 – 21.30 Jolanda						

😊 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](mailto:info@sweatstudio.ch) an!**

	Montag 07.10.	Dienstag 08.10.	Mittwoch 09.10.	Donnerstag 10.10.	Freitag 11.10.	Samstag 12.10.	Sonntag 13.10.
Morgen		<b>Yoga *</b> 08.00 – 09.00 Tetjana			<b>Pilates*</b> 08.30 – 09.25 Dimi 😊		<b>Yoga</b> 08.45 – 10.00 Dimi
	<b>Pilates *</b> 09.00 – 09.55 Dimi 😊	<b>Jump &amp; Core</b> Powerworkout 09.15 – 10.05 Mariela 😊			<b>Yoga *</b> 09.45 – 10.45 😊 Tetjana		<b>JumPi</b> Powerworkout 10.15 – 11.00 Dimi
	<b>Rückbildungspilates *</b> 10.15 – 11.15 Dimi 😊	<b>Pilates *</b> 10.15 – 11.10 Dimi 😊					
Mittag							
Nachmittag / Abend		Private Veranstaltung 13.30 – 14.30	Private Veranstaltung 17.00 – 18.00	Private Veranstaltung 14.00 – 16.00			
		<b>Pilates Best Age *</b> 17.00 – 17.50 Dimi		<b>Pilates *</b> 18.00 – 18.55 Tatiana			
	<b>Pilates *</b> 19.00 – 19.55 Dimi	<b>Pilates *</b> 18.00 – 18.55 Dimi					
	<b>Aerial Yoga</b> 20.15 – 21.30 Jolanda						

😊 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](mailto:info@sweatstudio.ch) an!**