

	Montag 01.12.	Dienstag 02.12.	Mittwoch 03.12.	Donnerstag 04.12.	Freitag 05.12.	Samstag 06.12.	Sonntag 07.12.
Morgen	Pilates * 09.00 – 09.55 😊	Yoga * 08.00 – 09.00	Yin Yang Yoga * 08.00 – 09.00	Power Fusion x TRX 08.30 – 09.15 😊	Pilates * 08.30 – 09.25 😊		Yin Yang Yoga * 08.45 – 10.00
	Rückbildungspilates 10.15 – 11.10 😊	Jump & Core 09.15 – 10.00 😊	Full Body HIIT 09.15 – 10.10 😊				Jumpi 10.15 – 11.00
	Personaltraining Reformer 11.15 – 12.15	Pilates * 10.15 – 11.10 😊	Personaltraining Reformer 10.15 – 11.15				
Mittag							
Nachmittag / Abend				Private Veranstaltung 14.00-15.30			
	Personaltraining Reformer 17.45 – 18.45	Pilates * 17.00 – 17.50	Private Veranstaltung 17.00 – 18.45				
	Pilates * 19.00 – 19.55	Pilates * 18.00 – 18.55	Booty Boost 19.00 – 19.50	Pilates * 18.00 – 18.55			
	Yin Yoga * 20.00 -21.00	Power Workout 19.15 – 20.00		HIIT & Gewichte 19.15 – 20.00			

😊 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!