

Wochenplan ab Januar 2018

Tag und Zeit	Kurs	Leitung
Montag		
10:00–11:00 Uhr	Faszien Fitness	Katja
15:00–15:50 Uhr*	Kindertanz 4–5jährige	Jacqueline
16:00–16:50 Uhr	Kindertanz 5–6jährige	Jacqueline
17:00–17:50 Uhr	Kindertanz 7–9jährige	Jacqueline
18:00–19:00 Uhr	Power Yoga A/M	Gabriele
19:15–20:15 Uhr	Fun & Fit	Gabriele
19:15–20:15 Uhr	Pilates A/M	Katja
Dienstag		
09:00–10:00 Uhr	Power Yoga A/M	Gabriele
16:00–16:50 Uhr	Kindertanz 6–7jährige	Gabriele
17:00–18:15 Uhr	Hip Hop ab 10jährig	Luana
18:30–19:45 Uhr	Streedance Teenager	Luana
Mittwoch		
09:00–10:00 Uhr	Easy Going	Gabriele
10:10–11:10 Uhr	Pilates M	Katja
18:00–19:00 Uhr	Rückentraining	Gabriele
19:15–20:15 Uhr	Power Yoga F	Gabriele
Donnerstag		
09:00–10:00 Uhr	Power Yoga M	Gabriele
10:15–11:15 Uhr	Rückentraining	Gabriele
15:30–16:20 Uhr*	Kindertanz 4–5jährige	
18:00–19:00 Uhr	Power Yoga M/F	Gabriele
19:30–20:30 Uhr*	Zumba	
Freitag		
10.00–11.00 Uhr	Oriental Dance	Sandra
16.15–17.30 Uhr	Jazzdance ab 10jährig	Jacqueline
17.30–18.45 Uhr	Jazzdance Teenager	Jacqueline

A = Anfänger / M = Mittlere / F = Fortgeschrittene

*Findet bei genügend Anmeldungen statt

Gesundheitszentrum Greenpark
 Bremgartnerstrasse 38
 8967 Widen
 056 633 00 00
 welcome@greenpark.ch

