



## stundenplan 2012

	montag	dienstag	mittwoch	donnerstag	freitag	samstag
<b>bauch-beine-po-toning</b> 60 min mimi wyss 079 393 77 14			19.00 – 20.00			
<b>bodytoning</b> 75 min helen ambühl 041 448 28 74	09.15 – 10.30 kinderbetreuung		09.45 – 11.00 kinderbetreuung	08.45 – 10.00 kinderbetreuung		
<b>body workout</b> 75 min regula muff-kleeb 041 910 32 41	17.30 – 18.45		08.30 – 09.45 10.00 – 11.15 kinderbetreuung	17.30 – 18.45		
<b>core workout</b> 60 min regula muff-kleeb 041 910 32 41	19.00 – 20.00 20.10 – 21.10		12.15 – 13.15	18.55 – 19.55		
<b>nia</b> 60 min sybille noser 079 227 06 02		10.15 – 11.15		17.30 – 18.30		
<b>orientalischer tanz</b> 60 min brigitte wyss 041 910 39 27		19.00 – 20.00 20.15 – 21.15				
<b>pilates</b> 60 min monika roth 079 376 79 03	(55+) 10.00 – 11.00	08.15 – 09.20 09.30 – 10.35 kinderbetreuung				
<b>pump4power</b> 60/75 min marianne steinhauser 041 910 07 92		kinderbetreuung 09.00 – 10.00		18.45 – 20.00	09.00 – 10.15 kinderbetreuung	
<b>rückbildungsgymnastik</b> 60 min judith jenni 079 690 45 06				14.45 – 15.45 kinderbetreuung		
<b>rückengymnastik</b> 60 min regula muff-kleeb 041 910 32 41				08.30 – 09.30 09.45 – 10.45		
<b>rückenstark mit psfl</b> 60 min judith jenni 079 690 45 06		17.45 – 18.45		13.30 – 14.30 20.10 – 21.10		
<b>schwangerschaftsgymnastik</b> 80 min judith jenni 079 690 45 06		20.10 – 21.30				
<b>step-aerobic</b> 60 min doris scherrer-wyss 041 448 03 04	18.45 – 19.45 20.00 – 21.00					
<b>tanz &amp; bewegung für kinder</b> 45 min judith jenni 079 690 45 06				16.00 – 16.45 17.00 – 17.45		
<b>teen-dance</b> 55 min daniela baumgartner 079 659 28 64			18.00 – 18.55 19.00 – 19.55 20.00 – 20.55			
<b>zumba</b> 60 min monika haller 078 852 70 75 mimi wyss 079 393 77 14	monika haller 08.30 – 09.30 kinderbetreuung		mimi wyss 17.50 – 18.50 20.15 – 21.15		mimi wyss 17.30 – 18.30	
<b>geburtsvorbereitung für paare</b> karin bachmann-schuler 076 219 61 28	jeweils freitags 19.30 – 21.30 uhr			kursdaten 1. – 29. juni 2012 31. august – 28. september 2012 2. – 30. november 2012		