

## Stundenplan August Ferien Helene

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	
8.00-9.00					Anmeldung bei der jeweiligen Instuktorin: Ursina: 079 262 66 16 Rosa: 078 794 70 52 Marketa: 079 904 56 08  Bitte bis spätestens 12.00 Uhr des Kurstages anmelden!!
9.00-10.00					
10.00-11.00					
18.00-18.50	18.30- 19.30 Animal Power Marketa		Yogilates Rosa		
19.00-19.50		Balance Swing Ursina	Zumba Rosa		
20.00-21.00					

Anmeldung erforderlich via Whats app!

Beschreibung:

Animal Power: fördert Kraft und Mobilität durch Imitation tierischer Bewegungen

Balance Swing: Ausdauertraining mit Kraft- und Balanceelementen auf dem Trampolin

Yogilates: Eine Mischung aus Yoga und Pilates

Zumba: Tanztraining zu lateinamerikanischer Musik

Der August Stundenplan ist den ganzen Monat August gültig.

Im August gibt es ein einziges Abonnement!

### **1 Monat unbegrenzt für 50.- Franken**

Für 50.- Franken können alle Lektionen im August besucht werden! Für jede Lektion meldet ihr euch bitte jeweils bei der zuständigen Instruktorin an.

Ihr erhaltet beim ersten Besuch ein Kärtli mit eurem Namen und Gültigkeit bis 31. August 2024.

Euer aktuelles Jahresabo, Halbjahresabo oder 3 Monatsabo wird um diese Zeit eingestellt, und dann für einen Monat verlängert. Dasselbe gilt für 10er und 5er Abonnements. Es geht also nichts verloren, und ihr könnt im August zu einem sehr günstigen Preis etwas Neues ausprobieren.

Der neue Stundenplan ab September aktiviert wieder euer altes Abonnement.

Viel Spass!!