



Kursprogramm

ab Januar 2020

Montag

8.30-9.45	NEU ChiYoga® & Slings ☼	Sandra
10.00-11.00	PilatesCare Mutter & Kind ☼	Ursula
18.00-19.00	Pilates	Barbara
19.15-20.30	TriloChi®	Sandra

Dienstag

8.30-9.30	Pilates ☼	Barbara
9.45-10.45	bewegte Rückbildung ♦☼	Team
9.45-10.45	BeBo® ♦☼	Ursula
15.00-16.00	MaKi ♦☼	Ursula
16.30-17.30	NEU Kids Dance ♦☼	Myrthe
17.45-18.45	NEU Dance, Dance, Dance ♦	Myrthe
19.00-20.00	Pilates Men ♦☼	Team

Mittwoch

8.00-9.00	Pilates	Barbara
16.15-17.15	Aerial Flying Yoga Kids ♦☼	Sandra
17.30-18.45	Aerial Flying Yoga ♦☼	Sandra
19.00-20.15	ChiYoga®	Sandra
20.15-21.15	bewegte Schwangerschaft ♦☼	Team

Donnerstag

8.30-9.30	Bodytoning ☼	Sandra
9.45-10.45	TriloChi® ☼	Sandra
19.00-20.00	FFF	Team
20.15-21.15	Bewegte Rückbildung ♦☼	Team
20.15-21.15	BeBo® ♦☼	Ursula

Freitag

8.00-9.00	Pilates ♦☼	Barbara
-----------	------------	---------

♦ Kurs Daten und Anmeldung unter www.bewegungsraum-saanen.ch

☼ Während den Schulferien findet kein Kurs statt.

Alle Lektionen finden ab 3 Personen statt. Kursänderungen vorbehalten.

Raum für ganzheitliche und zeitgenössische Bewegung

Bewegungsraum Saanen . Gstaadstrasse 72, 3792 Saanen . Telefon +41 79 671 52 85
info@bewegungsraum-saanen.ch . www.bewegungsraum-saanen.ch