

MovingPlace Furttal

Trainingsplan Frühlingsferien 23.4. – 4.5. 2018

1. Woche 23.4. – 27.4.

Mo.	19 – 20 Uhr	Pilates	Eva
	20 – 21 Uhr	Stretchtraining	Eva
Di.	09 – 10 Uhr	Pilates	Eva
	10 – 11 Uhr	Stretchtraining	Eva
	19 – 20 Uhr	Funktionelles Rückentraining	Gabriela
	20 – 21 Uhr	Zumba	Mary
Mi.	19.15 – 20.15	Pilates	Gaby
Do.	09 – 10 Uhr	Pilates	Eva
	19 – 20 Uhr	Pilates	Eva
	20 – 21 Uhr	Stretchtraining	Eva

2. Woche 30.4. – 4.5.:

Mo. + Di. Findet kein Unterricht statt

Mi.	19.15 – 20.15	Pilates	Gaby
Do.	09 – 10 Uhr	Pilates	Eva
	19 – 20 Uhr	Pilates	Eva
	20 – 21 Uhr	Stretchtraining	Eva
Fr.	09 – 10 Uhr	Fascial Fitness	Daniela
	10 – 11 Uhr	FunTone	Daniela

Eva Heimgartner: 079 223 75 09, eva.heimgartner@bluewin.ch

Gabriela Rogger: 079 541 31 22, gabriela.rogger@gmx.ch

Mary Butruce: 076 400 70 78, m.butruce@sunrice.ch

Gaby Vergés: 076 385 48 11, gaby@verges.org

Daniela Bachmann: 079 713 99 57, dbachmann@hispeed.ch