

Kursplan

gültig ab 6.01.2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittag	08:30–09:25 Kathrin CYCLEWELL	08:30–09:25 Nici ZUMBA	08:30–09:25 S.Hottenroth BODYART	09:00–09:55 S. Holzer PILATES	08:45–09:40 Heidi PILATES & FASZIEN	08:30–09:25 s.Website RHYHIT	09:00–09:55 Patrizia CYCLEFIT
	09:45–10:40 Kathrin HOT IRON CROSS	09:30–10:25 Ruth BASIC BODY AWAREN.	09:30–10:25 Ruth RÜCKENTURNEN	10:00–10:55 S. Holzer YOGALATES TRX	09:45–10:40 Heidi POWER & FUN	08:30–09:25 Christina BOOTCAMP OUTDOOR	
		10:30–11:25 Ruth AKTIV GEGEN SCHMERZEN	10:30–11:25 Ruth RÜCKENTURNEN				10:00–10:55 Ruth BASIC BODY AWAREN.
Mittag			12:15–13:10 Ruth GYMNASTIK				
Nachmittag			14:30–15:25 Sabrina YOGI AFFENBANDE* für Kinder 4 - 6 Jahre	16:30–17:25 Sabrina YOGI STERNENFÄNGER* für Kinder 7 - 9 Jahre			
Abend	19:00–19:55 Susi POUND	18:30–19:25 Ruth RÜCKENTURNEN	18:00–18:55 Sabine HOT IRON 2	18:30–19:25 Ulli WORKOUT	19:00–19:55 Nici STRONG		
		19:30–20:25 Bettina TRX	19:00–19:55 Anette YOGA MEETS PILATES	19:30–20:25 Jane CYCLEFIT			

* Diese Kurse finden generell in den Schulferien nicht statt.

Die Inhalte der Kurse sind unter www.rhytraining.ch ersichtlich.