



KURSPLAN SELFNESS-CENTER WINTER 2012

KURSANGEBOT
FÜR HOTELGÄSTE GRATIS

ANMELDUNG 24H IM VORAUS ERFORDERLICH
(SELFNESS ODER RECEPTION)
ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
VORMITTAG	9:15 — 10:15 JAZZERCISE STANDARD <small>(NICHT WÄHREND DEN SCHULFERIEN)</small>		9:15 — 10:15 JAZZERCISE STANDARD		8:45 — 10:00 STEP AEROBIC <small>(NICHT WÄHREND DEN SCHULFERIEN)</small>		
			12:00 — 15:00 DAMENSAUNA				
NACHMITTAG / ABEND	17:30 — 18:30 PILATES MIT ANDREA <small>(AB 09.01.12)</small>			17:40 — 18:40 JAZZERCISE JUNIORS <small>(NICHT WÄHREND DEN SCHULFERIEN)</small>	17:30 — 18:30 „FIT IM ALTER“ <small>(13.01.-24.03.)</small>		
	18:45 — 19:45 FIT-GYMNASTIK MIT ESTHER	18:50 — 19:50 JAZZERCISE STANDARD	18:00 — 19:15 HATHA YOGA MIT DANIELA	18:50 — 19:50 ZUMBA MIT SALOME <small>(12.01.-23.03.)</small>	18:50 — 19:50 SPEEDING MIT PHILIPPE		
	20:00 — 21:00 SPEEDING MIT PHILLIP	20:00 — 21:00 SPEEDING MIT ANDREA	19:30 — 20:45 HATHA YOGA MIT DANIELA	20:00 — 21:00 JAZZERCISE STANDARD	20:00 — 21:00 SPEEDING MIT PHILIPPE		