

Stundenplan

Ab 30. Mai 2023

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
Morgens					
09:30 – 10:30			9:00 – 10:00	08:30 – 09:30	
Pilates Matte			Myofaszielles Training	Faszien Release	
		Nach Vereinbarung	10:15 – 11:15		Nach Vereinbarung
			Myofaszielles Training		
Abends					
18:30 – 19:30		Nach Vereinbarung	18:00 – 19:00		Nach Vereinbarung
Pilates Matte			Pilates Matte		
19:45 – 20:45	19:00 – 20:00			19:30 – 20:30	
Myofaszielles Training	Myofaszielles Training		Pilates Matte		

Bitte für alle Lektionen/Kurse/Workshops anmelden unter www.nanea.ch/stundenplan. Privattrainings sind jederzeit nach Vereinbarung möglich.

Die Beschreibung der einzelnen Lektionen findest du auf www.nanea.ch/angebot.