Kursprogramm

Gültig ab 14.10.2024

kuoni
Zentrum für Training und Therapie

Zeit	Kurs		Stufe	Zeit	Instruktor:in	Details
Montag	08.15	Faszien Pilates	E/M/F	55‘	Belinda	15 ☺
	09.15	Rücken- Fit	E/M/F	55‘	Rita	15 ☺
	12.15	Bauch intensiv	E/M/F	30‘	Lina	15
	18.00	Powertoning	E/M/F	45‘	Nico	12
	19.00	Body & Mind	E/M/F	45’	David	15
Dienstag	08.15	Yogalates	E/M/F	55‘	Belinda	15 ☺
	09.15	PowerPilates	M/F	55‘	Belinda	15 ☺
	18.00	Pump	E/M/F	55‘	Bibi	12
	19.15	Yoga Vinyasa Flow	E/M/F	55‘	Annina	15
Mittwoch	08.15	Rücken-Fit	E/M/F	55‘	Eveline	15 ☺
	09.15	Pilates	E/M/F	55‘	Eveline	15 ☺
	12.15	Bauch intensiv	E/M/F	30‘	Noah	15
	18.00	Pilates	E/M/F	55‘	Eveline	15
	NEU 19.00	**TRX Training**	E/M/F	45‘	Céline	10
Donnerstag	**NEU** 08.15	**Powertoning**	E/M/F	45‘	Lina	12 ☺
	NEU 09.15	**arpina® mind in motion**	E/M/F	30‘	Lina	7 ☺
	18.30	Powertoning	E/M/F	55’	Nico	12
Freitag	08.15	Yogalates	E/M/F	50‘	Belinda	15 ☺
	09.15	Toning	M/F	55‘	Mirjam	15 ☺
Sonntag	09.15	Pump	E/M/F	55‘	Team	15 ☺

Legende:

☺ = Kinderbetreuung
15 = Maximale Teilnehmerzahl

Kursanmeldung:

- Melde dich über die **E-Fit App** oder unter **kuoni-sursee.ch/training/gruppenkurse** für deinen Platz in der Lektion an
- Wenn genügend Platz vorhanden ist, ist eine Teilnahme am Kurs auch ohne vorgängige Anmeldung möglich

Kuoni Training und Therapie AG
Sandgruebestrasse 4
6210 Sursee
kuoni-sursee.ch

Zentrum für Training
041 921 77 19
training@kuoni-sursee.ch

Zentrum für Therapie
041 921 44 21
therapie@kuoni-sursee.ch