

07. Januar	Monya	Functional Training
14. Januar	Manuela	Ski-Fit-Parcours
21. Januar	Claudia B.	Intervall-Pilates
28. Januar	Monya	Functional Stationentraining
04. Februar	Anita M. + Anita V.	Fit-Plausch / Entspannung
11. Februar	Monya	Intervall-Parcours
18. Februar	Manuela	Step-Aerobic
----- <i>Fasnachtsferien</i>		
10. März	Manuela	Fitness für Körper und Gehirn
17. März	Monya	Functional Zirkel-Training
24. März	Regula D.	Rücken-Gymnastik
31. März	Monya	Intervall-Parcours
----- <i>Osterferien</i>		
21. April	Monya	Functional Training
28. April	Manuela	Polysportive Fitness
05. Mai	Anita M. + Anita V.	Fitness-Parcours
12. Mai	Monya	Intervall-Parcours
19. Mai	Manuela	Bauch/Beine/Po + Entspannung
26. Mai	Monya	Functional Stationentraining
02. Juni	Anita M. + Anita V.	Theraball-Fitness / Spielplausch
09. Juni	Regula D.	Rücken-Gymnastik
16. Juni	Monya	Intervall-Parcours
23. Juni	Manuela	Walking – bei jedem Wetter

Leiterinnen:

Manuela Graf 079 461 85 20 / 061 461 06 55 / m.graf-matejowitsch@bluewin.ch

Anita Mahler 079 621 06 47 / 061 911 12 14 / anita.mahler@bluewin.ch

Anita Vögtli 061 911 84 06 / 077 453 14 03 / anitavoegtli@vtxmail.ch

Monya Graf

Regula Diener

Claudia Ballmer