

Stundenplan im Klosterhof Winter / Frühling 2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Matte CHF 462.-	Matte CHF 484.-	Matte CHF 462.-	Matte CHF 374.-	Matte CHF 396.-
Reformer CHF 609.-	Reformer CHF 638.-	Reformer CHF 609.-	Reformer CHF 493.-	
Pilates 07.50 – 08.50 Pilates 09.00 – 10.00 Reformer Level 1 16.30 – 17.30 Reformer Level 2 17.30 – 18.30 bellicon Bounce 19.30 – 20.30	Reformer Level 2 07.45 – 08.45 Vinyasa Yoga 09.00 – 10.15 Vinyasa Yoga 60+ (Sanftes Yoga, Beweglichkeit, Mobilisation) 10.30 – 11.30 Pilates 18.15 – 19.15 Power Yoga 19.30 – 20.30	Reformer Level 1 08.00 – 09.00 Senioren Pilates & Gleichgewicht 17.00 – 18.00 Pilates 18.45 – 19.45 Pilates Männer 20.00 – 21.00	Reformer Level 1 07.30 – 08.30 bellicon Bounce 18.30 – 19.30 Vinyasa Yoga 19.45 – 21.00	Vinyasa Yoga 06.30 – 07.30 Pilates 07.50 – 08.50 Pilates/TRX 09.00 – 10.00 Senioren Pilates & Gleichgewicht 10.15 – 11.15
08.01.	09.01.	10.01.	11.01.	12.01.
15.01.	16.01.	17.01.	18.01.	19.01.
22.01.	23.01.	24.01.	25.01.	26.01.
29.01.	30.01.	31.01.	01.02.	02.02.
05.02.	06.02.	07.02.	08.02.*	09.02.*
12.02.*	13.02.*	14.02.*	15.02.*	16.02.*
19.02.	20.02.	21.02.	22.02.	23.02.
26.02.	27.02.	28.02.	29.02.	01.03.
04.03.	05.03.	06.03.	07.03.	08.03.
11.03.	12.03.	13.03.*	14.03.*	15.03.*
18.03.	19.03.	20.03.	Heiliger Benedikt*	22.03.
25.03.	26.03.	27.03.	28.03.	29.03.*
01.04.*	02.04.*	03.04.*	04.04.*	05.04.*
08.04.*	09.04.*	10.04.*	11.04.*	12.04.*
15.04.	16.04.	17.04.	18.04.	19.04.
22.04.	23.04.	24.04.	25.04.	26.04.
29.04.	30.04.	01.05.	02.05.	03.05.
06.05.	07.05.	08.05.	Auffahrt*	10.05.
13.05.	14.05.	15.05.	16.05.	17.05.
Pfingstmontag*	21.05.	22.05.	23.05.	24.05.
27.05.	28.05.	29.05.	Fronleichnam*	31.05.*
03.06.	04.06.	05.06.	06.06.	07.06.
10.06.	11.06.	12.06.	13.06.	14.06.
17.06.	18.06.	19.06.	20.06.	21.06.
24.06.	25.06.	26.06.	27.06.	28.06.

Christine Biedermann
Pilates
079 706 51 25

Marina Branger
Vinyasa Yoga
079 635 11 25

Fränzi Camenzind
bellicon Bounce / Move
079 777 37 54

Ruth Arnet
Power Yoga
079 228 32 10

* Feiertage / Ferien

Vinyasa Yoga und
Reformer: Ferien nicht
analog Schulferien