

Stundenplan im Klosterhof

Herbst / Winter 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Matte CHF 352.-	Matte CHF 374.-	Matte CHF 352.-		Matte CHF 330.-
Reformer CHF 464.-	Reformer CHF 493.-	Reformer CHF 464.-	Reformer CHF 435.-	
Pilates 07.50 – 08.50 Pilates 09.00 – 10.00 Reformer 17.30 – 18.30 bellicon Bounce 19.00 – 20.00	Reformer 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 08.00 – 09.00 Reformer 09.00 – 10.00 Senioren Pilates & Gleichgewicht 17.00 – 18.00 Pilates 18.45 – 19.45 Pilates Männer 20.00 – 21.00	Reformer 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
11.08.	12.08.	13.08.	14.08.	15.08.*
18.08.	19.08.	20.08.	21.08.	22.08.
25.08.	26.08.	27.08.	28.08.	29.08.
01.09.	02.09.	03.09.	04.09.	05.09.
08.09.	09.09.	10.09.	11.09.	12.09.
15.09.	16.09.	17.09.	18.09.	19.09.
22.09.	23.09.	24.09.	25.09.*	26.09.
29.09.	30.09.	01.10.	02.10.	03.10.
06.10.*	07.10.*	08.10.*	09.10.*	10.10.*
13.10.*	14.10.*	15.10.*	16.10.*	17.10.*
20.10.*	21.10.*	22.10.*	23.10.*	24.10.*
27.10.	28.10.	29.10.	30.10.	31.10.
03.11.	04.11.	05.11.	06.11.	07.11.
10.11.	11.11.	12.11.	13.11.	14.11.
17.11.	18.11.	19.11.	20.11.	21.11.
24.11.	25.11.	26.11.	27.11.	28.11.
01.12.	02.12.	03.12.	04.12.	05.12.
08.12.*	09.12.	10.12.	11.12.	12.12.
15.12.	16.12.	17.12.	18.12.	19.12.
22.12.	23.12.	24.12.*	25.12.*	26.12.*

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: Ferien nicht analog Schulferien

