

# Stundenplan im Klosterhof Winter / Frühling 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Matte CHF 462.-	Matte CHF 484.-	Matte CHF 484.-	Matte CHF 418.-	Matte CHF 374.-
Reformer CHF 609.-	Reformer CHF 638.-	Reformer CHF 638.-	Reformer CHF 551.-	
<b>Pilates</b> 07.50 – 08.50  <b>Pilates</b> 09.00 – 10.00  <b>Reformer Level 1</b> 16.30 – 17.30  <b>Reformer Level 2</b> 17.30 – 18.30  <b>bellicon Bounce</b> 19.30 – 20.30	<b>Reformer Level 2</b> 07.45 – 08.45  <b>Vinyasa Yoga</b> 09.00 – 10.15  <b>Vinyasa Yoga 60+</b> (Sanftes Yoga, Beweglichkeit, Mobilisation) 10.30 – 11.30  <b>Pilates</b> 18.15 – 19.15  <b>Power Yoga</b> 19.30 – 20.30	<b>Reformer Level 1</b> 08.00 – 09.00  <b>Reformer Level 1</b> 09.00 – 10.00  <b>Senioren Pilates &amp; Gleichgewicht</b> 17.00 – 18.00  <b>Pilates</b> 18.45 – 19.45  <b>Pilates Männer</b> 20.00 – 21.00	<b>Reformer Level 1</b> 07.30 – 08.30  <b>bellicon Bounce</b> 18.30 – 19.30  <b>Vinyasa Yoga</b> 19.45 – 21.00	<b>Vinyasa Yoga</b> 06.30 – 07.30  <b>Pilates</b> 07.50 – 08.50  <b>Pilates/TRX</b> 09.00 – 10.00  <b>Senioren Pilates &amp; Gleichgewicht</b> 10.15 – 11.15
06.01.	07.01.	08.01.	09.01.	10.01.
13.01.	14.01.	15.01.	16.01.	17.01.
20.01.	21.01.	22.01.	23.01.	24.01.
27.01.	28.01.	29.01.	30.01.	31.01.
03.02.	04.02.	05.02.	06.02.	07.02.
10.02.	11.02.	12.02.	13.02.	14.02.
17.02.	18.02.	19.02.	20.02.	21.02.
24.02.	25.02.	26.02.	27.02.*	28.02.*
03.03.*	04.03.*	05.03.*	06.03.*	07.03.*
10.03.	11.03.	12.03.	13.03.	14.03.
17.03.	18.03.	19.03.	20.03.	Heiliger Benedikt*
24.03.	25.03.	26.03.	27.03.	28.03.
31.03.	01.04.	02.04.	03.04.	04.04.
07.04.	08.04.	09.04.	10.04.	11.04.
14.04.	15.04.	16.04.	17.04.	18.04.*
21.04.*	22.04.*	23.04.*	24.04.*	25.04.*
28.04.*	29.04.*	30.04.*	01.05.*	02.05.*
05.05.	06.05.	07.05.	08.05.	09.05.
12.05.	13.05.	14.05.	15.05.	16.05.
19.05.	20.05.	21.05.	22.05.	23.05.
26.05.	27.05.	28.05.	Auffahrt*	30.05.*
02.06.	03.06.	04.06.	05.06.	06.06.
Pfingstmontag*	10.06.	11.06.	12.06.	13.06.
16.06.	17.06.	18.06.	Fronleichnam*	20.06.*
23.06.	24.06.	25.06.	26.06.	27.06.

**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