

FITNESS GRUPPENKURSE AB OKTOBER 2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
		08:30 - 09:30 Uhr Feldenkrais mit Erika in Schwyz od. Gersau	08:45 - 09:45 Uhr Yoga mit Kamila in Ibach, Physio Pollyn	
			10:00 - 11:00 Uhr Yoga mit Kamila in Ibach, Physio Pollyn	
17:45 - 18:45 Uhr * Lu Jong mit Martin in Ibach, Physio Pollyn		18:00 - 19:00 Uhr Fitness Fusion mit Mark in Ibach, HZI	17:15 - 18:15 Uhr Feldenkrais mit Erika in Schwyz, Hey Yoga	
19:00 - 20:00 Uhr Pilates mit Sigrid in Ibach, Physio Pollyn		19:15 - 20:15 Uhr Fitness Fusion mit Mark in Ibach, HZI	17:30 - 18:30 Uhr Yoga mit Sonja in Ibach, Physio Pollyn	18:00 - 19:00 Uhr Qigong mit Heidi in Ibach, Physio Pollyn
			18:45 - 19:45 Uhr Yoga mit Sonja in Ibach, Physio Pollyn	

* Kursstart im Februar 2025.

Bitte online Datum/Ort prüfen oder das FFS Büro kontaktieren vor Kursbesuch. eb@ffs-schwyz.ch