

Stundenplan martina-yogt.ch Studio



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
06:00	06:00 - 06:55 Power Yoga			06:30 - 07:25 FeetUp® Yoga			
07:00							
08:00							
09:00		09:00 - 10:00 Feldenkrais					
10:00							
11:00							
12:00					12:00 - 12:55 Power Yoga		
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00		17:00 - 17:55 Relax Yoga		17:30 - 18:25 FeetUp® Yoga			
18:00		18:00 - 18:55 Power Yoga			18:00 - 18:55 Power Yoga		
19:00		19:30 - 20:25 B&H Rückentraining	19:15 - 20:15 Bewegung & Entspannung	19:00 - 19:55 B&H Rückentraining			
20:00	19:30 - 20:30 Feldenkrais			20:00 - 21:00 Power Yoga			
21:00							

● Martina Gwerder
079 756 43 72
martina-yogt.ch

● Steph Meli
041 811 00 30
stephmeli.ch

● Alexandra Hagen
079 920 14 94
schwung.ch

15 Minuten Vor- und Nachbereitungszeit