



Kurs – Programm

Studio für ganzheitliche Gesundheit
In Körper, Geist und Seele

Tag	Was	Zeit
Montag	Trampolin SLOW	09.00 – 10.00
	Trampolin POWER	19.00 – 20.00
Dienstag	YOGA (Gentle)	19.00 – 20.00
Mittwoch	Trampolin SLOW	09.00 – 10.00
	BodyWork	18.00 – 18.45
	Trampolin POWER	19.00 – 20.00
Donnerstag	Trampolin POWER	19.00 – 20.00
Freitag	BodyWork Stretch	09.00 – 10.00
	YOGA (Gentle)	19.00 – 20.00
Samstag	YOGA (Gentle)	09.00 – 10.00

Kursbesuche bitte auf [Sportsnow.ch](https://sportsnow.ch) buchen
(Link auf [FFWO.ch](https://ffwo.ch))
Platzbeschränkungen in allen Kursen

Alle Kurse finden ab einer Teilnehmerzahl von mind. 4 Personen statt.

Eine Probelektion ist gratis

Alle Kurse sind im ABO «Gruppenknaller» und «All in» inbegriffen.