



GRUPPENTRAINING

Studio für ganzheitliche Gesundheit
In Körper, Geist und Seele

FFWO.ch

| Tag | Was | Zeit |
|------------|-------------------------|---------------|
| Montag | Trampolin SLOW | 09.00 – 10.00 |
| Dienstag | Trampolin POWER | 19.00 – 20.00 |
| | YOGA (Gentle) | 19.00 – 20.00 |
| Mittwoch | BodyWork Power | 18.00 – 18.55 |
| Donnerstag | Dehnen Liebscher&Bracht | 19.00 – 20.00 |
| | Trampolin Mix | 19.00 – 20.00 |
| Freitag | Dehnen Liebscher&Bracht | 09.00 – 10.00 |
| Samstag | YOGA (Gentle) | 09.00 – 10.00 |



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

Alle Kurse finden ab einer Teilnehmerzahl von mind. 4 Personen statt.
Eine Probelektion ist gratis.