

# PENDULUM

Michèle Zoss

079 208 03 56

Moosmattstr.25

\*Nur mit Anmeldung

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Morgen		08.15-09.15 Pilates  09.30-10.30 Uhr Power Yoga/Aerial*	08.00-09.00 Yoga  09.15-10.15 Pilates	07.45-08.45 Pilates  09.00-10.00 Yoga	07:30-08:30 Power Pilates Fit mit Michèle	Pendulum Aktuell Seite Pilates/P./Vinyasa Aerial* /Yin Yoga 1-2 mal Monatlich 75/ 80/90 Minuten	
Mittag	12.30-13.30 Rücken Pilates	13.00-14.00 Pilates					
Nachmittag	16:45-17:45 Yin Yoga		18.00-19.00 Yin Yoga	17.00-18.00* Yin & Yang Yoga	1x im Monat		Yoga 1x im Monat
Abend	18.00-19.00 Yoga 19.15-20.15 Yoga	17.00-18.00 Yin Yoga 18.15-19.15 Pilates 19.30-20.30 Yoga	19.10-20.30 P.VinyasaYoga	18:10-19:10* P. Aerial Yoga Max. 5 Teilnehmer	Deep into Yoga Workshop 120 Min 1830-20:30		