

Stundenplan + Angebote son-therapie

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00 Massagen+ Behandlungen	8.00 Massagen+ Behandlungen	8.00 Massagen+ Behandlungen		
09.15-10.15 Männer ab 60. Rücken Gymnastik	09.15-10.15 Pilates -Gymnastik Spiraltechnik	9.00 Massagen+ Behandlungen	09.00-10.15 tänzerisches Einwärmen-Pilates mit Spiraltechnik	9.00-10.15 Yoga mit Faszienrollen Spiraltechnik
		10.00 Massagen+ Behandlungen		
10.30 Massagen+ Behandlungen	10.30 Massagen+ Behandlungen		Einstieg auch um 09.15 möglich	
			10.30 Massagen+ Behandlungen	
ab 16.00 Massage Behandlungen	ab 15.30 Massagen+ Behandlungen	ab 16.15 Massagen+ Behandlungen	ab 16.15 Massagen+ Behandlungen	
17.00-18.00 Rücken- Gymnastik -Pilates	16.30 Massagen+ Behandlungen	17.15 Massagen+ Behandlungen	17.15 Massagen+ Behandlungen	ab 16.00 Massagen+ Behandlungen
18.15-19.15 Rebounding Gymnastik auf dem Trampolin	18.00-19.15 Tänzerisches Einwärmen -Pilates	18.30-19.30 Pilates -Spiraltechnik	18.30-20.00 Tanz -Gymnastik Pilates Spiraltechnik	17.00 Massagen+ Behandlungen
19.30-20.30 Rücken- Gymnastik Pilates	19.30 Massagen+ Behandlungen	19.30 Massagen+ Behandlungen	Einstieg auch um 19.00 möglich	18.00 Massagen+ Behandlungen
			19.05 Massagen+ Behandlungen	19.00 Massagen+ Behandlungen

Degersheim in der Gotthardstr.1 tel. : 079 679 50 70

in Planung

Offen Mo.- Fr. und jeden ersten Samstag im Monat

Frei

Verkürzte Stunden ohne Tanz-Gymnastik

Bewegungsstunden

Massagen+ Behandlungen