

REDUZIERTES SOMMERPROGRAMM

8. bis 12. Juli 2024 & 5. bis 9. August 2024

MONTAG

17.45	Rücken- und Haltungstraining	Yvonne/Regula
19.00	Pilates	Yvonne/Regula

MITTWOCH

20.15	Step & Bauchtraining	Regula
-------	----------------------	--------

DONNERSTAG

19.00	YogiLatesFlow	Barbara/Regula
-------	---------------	----------------

FREITAG

8.30	Rücken- & Haltungstraining	Barbara/Regula
------	----------------------------	----------------



Vom 15. Juli bis 2. August 2024 machen wir Sommerpause.

Ab **Montag, 12. August 2024** finden alle Lektionen
gemäss regulärem Stundenplan wieder statt.

Wir wünschen allen eine schöne Sommerzeit!

Euer Allegria-Team