



REDUZIERTES HERBSTPROGRAMM

Vom 30. September bis 11. Oktober 2024

MONTAG

17.45 Rücken- und Haltungstraining

Yvonne

19.00 Pilates

Yvonne

MITTWOCH

20.15 StepAerobic & Bauchtraining

Regula

DONNERSTAG

19.00 YogiLatesFlow

Regula

FREITAG

08.30 Rücken- & Haltungstraining

Regula

**Vom 14. bis 18. Oktober 2024 bleibt das Allegria ausnahmsweise
geschlossen.**

Wiederbeginn mit regulärem Stundenplan
Montag 21. Oktober 2024

Wir wünschen allen eine farbenfrohe Herbstzeit
und freuen uns auf Euren Besuch.

Euer Allegria-Team