

Tag	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
	Raum A	Raum B	Raum A	Raum B	Raum A	Raum B	Raum A	Raum B	Raum A	Raum B
Morgen	08 ³⁰ -09 ²⁵ Faszien Pilates		08 ³⁰ -09 ²⁵ Physio Pilates				08 ³⁰ -09 ²⁵ Physio Pilates	08 ³⁰ -09 ⁵⁵ YinYoga	08 ³⁰ -09 ²⁵ Faszien Pilates	
	09 ³⁰ -10 ²⁵ Faszien Pilates	09 ³⁰ -10 ²⁵ Nia			09 ³⁰ -10 ²⁵ Physio Pilates					09 ³⁰ -10 ²⁵ Nia
Abend	17 ⁰⁰ -17 ⁵⁵ medizinische Beratung *									
	18 ⁰⁰ -18 ⁵⁵ Physio Pilates	18 ⁰⁰ -18 ⁵⁵ Faszien Pilates	18 ⁰⁰ -18 ⁵⁵ Physio Pilates	18 ⁰⁰ -18 ⁵⁵ Nia						18 ⁰⁰ -19 ²⁵ Faszien Yoga
				19 ⁰⁰ -20 ²⁵ Yin Yoga	19 ⁰⁰ -19 ⁵⁵ Physio Pilates	19 ⁰⁰ -20 ²⁵ Hatha Yoga				
	20 ⁰⁰ -20 ⁵⁵ Faszien Pilates	20 ⁰⁰ -21 ¹⁵ Hatha Yoga								

Neu Online Kurse:

Jede Woche 1 Lektion Online Pilates und 1 Lektion Online Yoga.
Zoom-Link bitte per Mail anfordern!

Physioloft

Denise Rüttimann

phone:
web:
mail:

Wildenastrasse 25
9444 Diepoldsau
+41 (0) 79 699 00 99
www.physioloft.ch
denise@physioloft.ch

Physioloft

* Kompetente medizinische Beratung zu individuellen Beschwerden. Physiotherapeutische Leitung. 25 Minuten. Nur mit Voranmeldung.