

# Stundenplan

Gültig ab 16.10.17 bis 6.5.18

## Gruppen - Raum 1

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9.00-9.55	<b>AROHA</b> <i>Sandra</i>	<b>B.O.D.Y. 60+</b> <i>Claudia</i>	<b>Power Pump*</b> <i>Marcel/Regine</i>		<b>Pilates</b> <i>Christina</i>	
10.00-10.55	<b>B.O.D.Y. Back</b> <i>Christina</i>		<b>Pilates</b> <i>Christina</i>		<b>Yoga Flow</b> <i>Monika</i>	
18.00-18.55		<b>B.O.D.Y. Move</b> <i>Regine</i>	<b>AROHA</b> <i>Sandra</i>	<b>B.O.D.Y. Style</b> <i>Barbara</i>		
19.00-19.55	<b>Power Pump*</b> <i>Marcel</i>	<b>B.O.D.Y. Tone</b> <i>Regine</i>	<b>B.O.D.Y. Work</b> <i>Regine</i>	<b>Power Pump*</b> <i>Barbara</i>		
20.00-20.55	<b>B.O.D.Y. Total</b> <i>Lea</i>					

\* Einschreiben erforderlich!

Alle Stunden werden ab 3 TeilnehmerInnen durchgeführt!

## Outdoor Bike, Rennvelo und Nordic Walking Treff

Treffpunkt: auf Vorplatz bei Radsport Zaugg+Brechbühl, Hinterdorfstrasse 14, Langnau

Leitung: Beat Brechbühl

**Bike-Treff:**

jeden Dienstag, Frühling - Herbst, 18.30 Uhr (für Fortgeschrittene)

**Rennvelo-Treff:**

jeden Donnerstag, Frühling - Herbst, 18.30 Uhr (für alle)

Treffpunkt: Viehmarktplatz Langnau

Leitung: Theresia Schenk

**Nordic Walking-Treff:**

jeden Dienstag, 18.45 Uhr, das ganze Jahr (für alle)

## Gruppen - Raum 2

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9.15-10.10				<b>Spinning*</b> <i>Marcel</i>		
9.15-10.45						<b>Spinning*</b> <i>Heinz</i>
12.15-13.10			<b>Spinning*</b> <i>Marcel/Regine</i>			
18.15-19.10	<b>Yoga Flow &amp; Pilates</b> <i>Christina</i>	<b>Spinning*</b> <i>Ursi</i>			<b>Spinning*</b> <i>Lorenz</i>	
19.15-20.10	<b>B.O.D.Y. Loop*</b> <i>Sarah</i>			<b>B.O.D.Y. Loop*</b> <i>Claudia</i>		
20.15-21.10	<b>Spinning*</b> <i>Marcel</i>	<b>Spinning*</b> <i>Evelyne</i>		<b>Spinning*</b> <i>Claudia</i>		

\* Einschreiben erforderlich!

Alle Stunden werden ab 3 TeilnehmerInnen durchgeführt!

**BODYLINE**

Güterstrasse 14 (Ilfisstadion), 3550 Langnau, 034 402 19 33, www.bodyline.ch