

Unisonotraining ab 1.April 2018

Bewegungshaus Unisono

an der Marktgasse 24 / Stadthausstrasse 61

8400 Winterthur

Telefon 052 233 55 68, www.bewegungshaus-unisono.ch

Montag

| | | |
|---------------|--------------------------|------------------|
| 09.00 - 10.00 | Unisonotraining sanft | Jacqueline Huber |
| 10.00 - 11.00 | Unisonotraining intensiv | Jacqueline Huber |
| 12.15 - 13.15 | Unisonotraining intensiv | Helga Fröhli |
| 18.30- 19.30 | Unisono Pilates + TRX | Helga Fröhli |
| 19.30- 20.30 | Unisono Pilates Matte | Helga Fröhli |

Dienstag

| | | |
|---------------|--------------------------------------|-----------------|
| 09.00 - 10.00 | Unisonotraining sanft | Ruth Wälchli |
| 10.00 - 11.00 | Unisonotraining sanft | Ruth Wälchli |
| 17.30- 18.30 | Unisonotraining intensiv | Corinne Fechtig |
| 18.30 - 19.30 | Unisono Slings Myofasiales Training® | Corinne Fechtig |

Mittwoch

| | | |
|---------------|-------------------------------|------------------|
| 08.00 - 09.00 | Unisonotraining sanft | Jacqueline Huber |
| 09.00 - 10.00 | Unisonotraining sanft | Jacqueline Huber |
| 10.00 - 11.00 | Unisonotraining intensiv | Jacqueline Huber |
| 18.00 - 19.00 | Unisonotraining Bellicon Move | Sabine Ammann |

Donnerstag

| | | |
|---------------|--------------------------------------|------------------|
| 09.00 - 10.00 | Unisonotraining intensiv | Corinne Fechtig |
| 10.00 - 11.00 | Unisonotraining sanft | Corinne Fechtig |
| 12.15 - 13.15 | Unisono Slings Myofasiales Training® | Corinne Fechtig |
| 18.00 - 19.00 | Unisonotraining intensiv | Jacqueline Huber |
| 19.00 - 20.00 | Unisonotraining intensiv | Jacqueline Huber |

Freitag

| | | |
|---------------|--------------------------|------------------|
| 09.00 - 10.00 | Unisonotraining sanft | Jacqueline Huber |
| 10.00 - 11.00 | Unisonotraining intensiv | Jacqueline Huber |
| 12.15 - 13.15 | Unisonotraining intensiv | Jacqueline Huber |

Spiraldynamik® Einzelstunden auf Voranmeldung

Bitte beachten Sie: Ausserhalb der Ladenöffnungszeiten erreichen Sie das UNISONO über die Stadthausstrasse 61