

## KURSPROGRAMM



PILATES | YOGA | FITNESS  
DORIS HENZI

### Montag

09.00 - 10.00	Reformer	Doris
12.15 - 13.15	Reformer	Rolf
18.00 - 19.00	Pilates/Matte	Rolf
19.15 - 20.15	Reformer	Rolf

### Dienstag

07.30 - 08.30	Reformer	Doris
17.30 - 18.30	Reformer	Doris
19.00 - 20.00	Reformer	Doris
20.15 - 21.15	Pilates/Matte	Doris

### Mittwoch

06.15 - 07.15	Yoga	Rolf
18.00 - 19.00	Reformer	Rolf
19.15 - 20.15	Reformer	Doris

### Donnerstag

09.00 - 10.00	Reformer	Doris
18.15 - 19.15	Yoga	Doris
19.45 - 20.45	Reformer	Doris

### Freitag

08.30 - 09.30	Reformer	Doris
10.00 - 11.00	Yoga	Doris
18.00 - 19.00	TRX	Rolf

### Samstag

09.00 - 10.00	TRX	Rolf
10.30 - 11.30	Reformer	Doris

(Die Trainingszeiten am Samstag können variieren und allenfalls angepasst werden)

## PREISE



PILATES | YOGA | FITNESS  
DORIS HENZI

### Kurse

#### Quartals-Abo

1 Fixkurs pro Quartal à 60 Minuten	CHF 25.-/Lektion
1 Fixkurs pro Quartal à 75 Minuten	CHF 28.-/Lektion

#### Jahresabo

Auf Anfrage

#### Bei Buchung mehrerer Kurse:

auf 2. Kurs 20% Rabatt

#### Einzellektionen

60 Minuten	CHF 27.-
75 Minuten	CHF 30.-
Probelektion	CHF 25.-

#### TRX max. 5 Teilnehmer/in

Mitglieder (Kursabo Pilates/Yoga)	CHF 35.-
Nicht Mitglied	CHF 45.-

#### Personal Training (60 Minuten)

Einzelunterricht	CHF 130.-
3er Abo	CHF 370.-
10er Abo	CHF 1'200.-
DUO (2 Personen)	CHF 160.-
3er Abo	CHF 450.-
10er Abo	CHF 1'400.-