



MITTWOCHSTURNEN (Änderungen vorbehalten)		2. HALBJAHR 2021	
20.00 - 21.00 Uhr Mittwochsturnen (fixe Gruppe - ohne Zertifikat) 21.00 - 22.00 Uhr Plausch-Netzball findet erst wieder im Frühling 2022 statt Ort: neue Turnhalle, Schulhausstrasse 4, 6318 Walchwil			
Monat	Datum	Sportart	Info
August	4	Ferien - Kein Turnen	
	11	Zugerseeüberquerung - 19:00 - 21:30	
	18	Sommerabend - Rest. Aesch - 19:00 - 22:00	
	25	Bodyforming	
September	1	Indischer Abend mit indischem Essen - 18:30 - 22:00	
	8	Zumba Fitness	
	15	Power Yoga	
	22	Bodyforming	
	29	Power Yoga	
Oktober	6	Ferien - Kein Turnen	
	13	Ferien - Kein Turnen	
	20	Parcours mit Edona	
	27	Strong by Zumba	
November	3	Pilates	
	10	Pilates	
	17	Special: Ganzkörpertraining in Intervallen	
	24	Strong by Zumba	
Dezember	1	Adventshöck - Rest. Aesch - 19:30 - 22:30	
	8	Maria Empfängnis - Feiertag - kein Turnen	
	15	Yoga Meditation	
	22	Fitness / Intervalltraining	
	29	Ferien - Kein Turnen	



TRAINERINNEN

Sportart	Name
Bodyforming	Sigrid Schwarz
Bollywood Aerobics	Arty Maheshwari
Fitness / Intervalltraining	Kateryna Guist
Parcours / Muskeltraining	Saraina Gérol
Pilates	Lisa Hürlimann
Step Aerobic / Power Yoga	Dorte Jespersen Senn
Strong by Zumba	Angela Imhof und Marion Abegg
Yoga / Meditation	Janine Osterwalder
Zumba Fitness	Sonja Bochsler
Special: Ganzkörpertraining in Intervallen	Kerstin Ruoff - beOK PersonalTraining