



MITTWOCHSTURNEN (Änderungen vorbehalten)			1. HALBJAHR 2022
Ort: Oberstufen-Turnhalle, Schulhausstrasse 44, 6318 Walchwil			
Monat	Datum	20.00 - 21.00 Uhr Mittwochsturnen	21.00 - 22.00 Uhr Plausch-Netzball (immer am letzten Mittwoch des Monats)
Januar	5	Weihnachtsferien	
	12	Step Aerobic	kein Plausch-Netzball
	19	Pilates mit Lisa	kein Plausch-Netzball
	26	Pilates mit Lisa	kein Plausch-Netzball
Februar	2	Bodyforming	kein Plausch-Netzball
	9	Sportferien - kein Turnen	
	16	Sportferien - kein Turnen	
	23	Fitness / Intervalltraining	kein Plausch-Netzball
März	2	Bollywood Dance	kein Plausch-Netzball
	9	Strong by Zumba	kein Plausch-Netzball
	16	Fitness / Intervalltraining	kein Plausch-Netzball
	23	Strong by Zumba	kein Plausch-Netzball
	30	Zumba Fitness	kein Plausch-Netzball
April	6	Strong by Zumba	
	13	Bollywood Dance	
	20	Frühlingsferien – kein Turnen	
	27	Frühlingsferien – kein Turnen, sondern kambodschanischer Abend	
Mai	4	Strong by Zumba	
	11	Step Aerobic	
	18	Fitness / Intervalltraining	
	25	Zumba Fitness	Plausch-Netzball mit Anmeldung



Juni	1	Bodyforming	
	8	Fitness / Intervalltraining	
	15	Strong by Zumba	
	22	Einführung Unihockey mit Beat	
	29	Bodyforming	Plausch-Netzball mit Anmeldung
Juli	6	Fitness / Intervalltraining	
	Sommerferien (9. Juli– 21. August 2022)		

TRAINERINNEN

Sportart	Name
Bodyforming	Sigrid Schwarz (Montag/Mittwoch)
Fitness / Intervalltraining	Kateryna Guist (Montag/Mittwoch)
Pilates mit Lisa	Lisa Hürlimann (Montag/Mittwoch)
Strong by Zumba	Angela Imhof und Marion Abegg
Bollywood Dance	Arty Maheshwari
Zumba Fitness	Sonja Bochsler
Step Aerobic	Dorte Jespersen Senn
Yoga / Meditation	Janine Osterwalder
Special: Einführung ins Unihockey	Beat Schäli