

MONTAGSTURNEN (Änderungen vorbehalten)				1. HALBJAHR 2026	
Ort: Oberstufen-Turnhalle, Schulhausstrasse 44, 6318 Walchwil					
Monat	Datum	19.00 – 20.00 Uhr Gymnastik - Fit im Alter	20.00 – 21.00 Uhr Gymnastik - mittlere Intensität		
Januar	5	Kraft und Gleichgewicht	Kraft und Gleichgewicht		
	12	Kraft und Gleichgewicht	Kraft und Gleichgewicht		
	19	Kraft und Gleichgewicht	Kraft und Gleichgewicht		
	26	Bodyworkout mit Pilates	Bodyworkout mit Pilates		
Februar	2	Sportferien - kein Turnen 31.01 - 14.02			
	9	Sportferien - kein Turnen 31.01 - 14.02 / 15.02 Tagsüber: Fasnacht Umzug!			
	16	Yoga, Meditation und Atemübung	Yoga, Meditation und Atemübung		
	23	Bodyworkout mit Pilates	Bodyworkout mit Pilates		
März	2	Spielabend 19:00 Uhr - Chilekafi			
	9	Yoga, Meditation und Atemübung	Yoga, Meditation und Atemübung		
	16	Flow Dance	Flow Dance		
	23	Bodyworkout mit Pilates	Bodyworkout mit Pilates		
	30	Kraft und Gleichgewicht	Kraft und Gleichgewicht		
April	6	Osternmontag – kein Turnen			
	13	Frühlingsferien – kein Turnen 11.04. - 26.04			
	20	Frühlingsferien – kein Turnen 11.04. - 26.04			
	27	Flow Dance	Flow Dance		
Mai	4	Fitness / Intervalltraining			
	11	Flow Dance	Flow Dance		
	18	Wanderung nach Oberwil - 18:45 Treffpunkt beim Oberdorf			
	25	Pfingstmontag - Kein Turnen			
Juni	1	Fitness / Intervalltraining	Fitness / Intervalltraining		
	8	Yoga, Meditation und Atemübung	Yoga, Meditation und Atemübung		
	15	Kraft und Gleichgewicht	Kraft und Gleichgewicht		
	22	Flow Dance	Flow Dance		
	29	Fitness / Intervalltraining	Fitness / Intervalltraining		
Juli	Sommerferien (5. Juli– 17. August 2025)				

MITTWOCHSTURNEN (Änderungen vorbehalten)				1. HALBJAHR 2026	
Ort: Oberstufen-Turnhalle, Schulhausstrasse 44, 6318 Walchwil					
Monat	Datum	20.00 - 21.00 Uhr Fitness - hohe Intensität			
Januar	7	Strong by Zumba			
	14	Power Pilates			
	21	Einladung zur: GV SVKT - Rest. Aesch um 19:00 Uhr			
	28	Tae Bo / Deepwork			
Februar	4	Sportferien - kein Turnen 31.01 - 15.02			
	11	Sportferien - kein Turnen 31.01 - 15.02			
	18	Yoga, Meditation und Atemübung			
	25	Strong by Zumba			
März	4	Power Pilates			
	11	Strong by Zumba			
	18	Tae Bo / Deepwork			
	25	Tae Bo / Deepwork			
April	1	Strong by Zumba			
	8	Power Pilates			
	15	Frühlingsferien – kein Turnen 11.04. - 26.04			
	22	Auswärts Essen am 22.04.			
	29	Power Pilates			
Mai	6	Power Pilates			
	13	Fitness / Intervalltraining			
	20	Fitness / Intervalltraining			
	27	Yoga, Meditation und Atemübung			
Juni	3	Tae Bo / Deepwork			
	10	Flow Dance			
	17	Fitness / Intervalltraining			
	24	Strong by Zumba			
	x	xxx			
Juli	1	Grillplausch 19:00 Uhr Ussereg			
	Sommerferien (5. Juli– 17. August 2025)				

MONTAGSTURNEN (Änderungen vorbehalten)				1. HALBJAHR 2026		MITTWOCHSTURNEN (Änderungen vorbehalten)				1. HALBJAHR 2026	
Ort: Oberstufen-Turnhalle, Schulhausstrasse 44, 6318 Walchwil						Ort: Oberstufen-Turnhalle, Schulhausstrasse 44, 6318 Walchwil					
Monat	Datum	19.00 – 20.00 Uhr Gymnastik - Fit im Alter		20.00 – 21.00 Uhr Gymnastik - mittlere Intensität		Monat	Datum	20.00 - 21.00 Uhr Fitness - hohe Intensität			
TRAINERINNEN						TRAINERINNEN					
Sportart			Name			Sportart			Name		
Fitness / Intervalltraining			Kateryna Guist			Bollywood Tanz - Yoga, Meditation und Atemübung			Arti Maheshwari		
Kraft und Gleichgewicht			Edona Kastrati			Plausch-Netzbball			Fabienne + Salomé Hürlimann		
Bodyworkout mit Pilates			Lisa Hürlimann			Powerpilates			Mariette Vranken-Severin		
Flow Dance			Linda / Johanna			Strong by Zumba			Angela Imhof und Marion Abegg		
						Tae Bo / Deepwork			Gemma Masachs		
						Special: Netzbball - Kurs			Salomé Hürlimann		