






Stundenplan Studio Flow, Immenstaad

Gültig ab Juni 2024

Uhrzeit/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
6:30			Online Good Morning Session YogaFlow (CI)		Online Good Morning Session YogaFlow (CI)
8:00	Personal/Duo	Personal/Duo bis 12 Uhr möglich	RolleBodyLine (CI)	7:45 FlowAir (Na)	AllegroWork (Na)
9:00	Personal/Duo bis 12 Uhr möglich	MatWork (Na)	Personal/Duo bis 12 Uhr möglich	AllegroWork (Na)	Personal/Duo bis 12 Uhr möglich
		Du möchtest einen individuellen Termin für ein Personal- oder Duotrainning mit uns vereinbaren? Kein Problem! Frage einfach direkt bei Claudia oder Nadine nach einem Termin für Dich.			
17:00		Personal/Duo ab 15 Uhr möglich	Personal/Duo ab 16 Uhr möglich	AllegroWork (CI)	Personal/Duo
18:00	1. Woche RolleBodyLine (Na) 2. + 3. + 4. Woche MatWork (Na)	1. Woche FlowAir (CI) 3. Woche Yoga FEETUP (CI) 2. + 4. Woche AllegroLegLine (CI)	AllegroStretchCircle (Na)	YogaFlow (CI)	Personal/Duo
19:00	AllegroWork (Na)	MatWork (CI)	PerfectLine (Na)	19:15 FlowX (CI)	Personal/Duo