

Anmeldung für unverbindliche Probelektion auf Anfrage Tel. 052 643 44 47

Mail rheuma.sh@bluewin.ch oder via Website www.rheumaliga.ch/sh

Montag

12.05 - 12.50	Aquacycling	Claudia H.
13.10 - 13.55	Aquacycling	Claudia H.
14.15 - 14.45	Aquacura	Fränzi
14.55 - 15.25	Aquacura	Fränzi
17.00 - 17.40	Aquawell	Theres
17.45 - 18.25	Aquawell Damen	Theres
18.30 - 19.10	Aquawell	Theres

Dienstag

10.20 - 11.00	Aquawell	Theres
11.05 - 11.45	Aquawell	Theres
12.00 - 12.40	Aquawell	Conny
15.15 - 15.45	Aquacura	Peter
15.55 - 16.25	Aquacura	Peter
16.35 – 17.20	Yoga im Wasser	Lilly und Fränzi in Planung
17.35 - 18.15	Aquawell	Heike und Ellen
18.30 - 19.10	Ai Chi und Aquawell	Heike und Ellen
19.20 - 20.00	Bechti Aquawell	Marthi S.
20.30 - 21.15	Aquacycling	Claudia H.

Mittwoch

08.00 - 08.40	Aquawell	Sarah
08.45 - 09.25	Aquawell	Sarah
09.30 - 10.00	Aquacura	Sarah in Planung
12.15 - 13.00	Aquacycling	Steve
16.30 - 17.15	Yoga im Wasser	Corinne
17.30 - 18.15	Yoga für den Rücken	Corinne in Planung

Donnerstag

07.15 - 08.00	Aquacycling	Steve in Planung
08.30 - 09.10	Aquawell	Natalija
09.15 - 09.55	Aquawell	Natalija
10.00 - 10.40	Aquawell	Natalija
12.15 - 13.00	Aquacycling	Claudia W.
18.15 - 18.55	Aquawell	Theres und Claudia W.
19.00 - 19.40	AquaFitness Männer	Theres und Claudia W.
20.00 - 20.45	Aquacycling	Claudia W.

Freitag

12.15 - 12.55	Aquawell	Marlies
13.10 - 13.50	Ai Chi und Aquawell	Marlies
17.15 - 17.55	Aquawell	Vreni

Samstag

08.00 - 08.45	Aquacycling	Annina und Steve
---------------	-------------	------------------

Aquacura 20.- / Aquawell 20.- / Aquacycling 45 Min. 23.- / Yoga im Wasser 45 Min. 23.-
Rheumaliga Schaffhausen Mitglieder erhalten eine Ermässigung von Fr. 2.- pro Lektion