



Kursübersicht Kanton Luzern

Kursangebot semesterweise, Lektionen à 45/60 Min.

Gratis Schnupperlektion – Eintritt jederzeit möglich

Easy Dance	E - Brücke	Mo	10:15		Anfänger
		Mi	15:45		Anfänger
		Mi	17:00		Fortgeschrittene
Osteogym	E-Brücke, Viscosi Sempach-Station Sempacherstr. 3	Mo	13:15	15:15	2 Kurse
		Di	13:30		
	Ebikon, Pfarreiheim Sursee, Münsterstr.1	Mi	09:00	11:00	2 Kurse
		Mi	14:30		
	Luzern, Maihof	Do	16:00 -	18:15	
	Schüpfheim, Move	Fr	10:15		
Pilates	Ebikon, Pfarreiheim	Di	19:00		
Rückengym	Sempach-Station Sempacherstr. 3	Di	14:45		
		Di	18:00		
	Ebikon, Pfarreiheim Hochdorf, Fit&Dance4you	Mi	08:30 -	10:30	2 Kurse
		Mi	13:30		
	Schüpfheim, Move	Fr	09:10		
Beckenboden- Rückentraining	Sempach-Station Sempacherstr. 3	Di	16:00		

Wassergym/Aquawell

Luzern	LUKS, Luzern	Di	18:30 -	18:15	
		Di	18:15		XXL-Rundum
		Fr	17:30 -	19:45	3 Kurse
		Sa	10:00	11:30	2 Kurse
	Stiftung Rodtegg, Luzern	Di	18:15 -	20:30	fortlaufend
		Di	20:30		XXL-Rundum
		Do	12:15 -	13:45	2 Kurse
Ebikon	Schmiedhof, Ebikon	Di	12:00 -	13:30	2 Kurse
		Mi	13:15 -	17:00	5 Kurse

Horw	Brändi, Horw	Mi	20:00		
	Spitz Horw	Mi	17:00 - 20:00		4 Aquajogging
Nottwil	Paraplegikerzentrum SPZ	Mo	19:15 - 20:45		2 Kurse
		Mi	12:00 - 13:30		2 Kurse
Schachen	Schul- und Wohnzentrum	Mi	19:00 - 20:30		2 Kurse
		Do	17:30 - 19:45		3 Kurse
Rathausen	SSBL Rathausen	Di	11:45 - 13:15		2 Kurse
		Mi	11:45 - 13:15		2 Kurse
		Do	11:45 - 13:15		2 Kurse
Wolhusen	LUKS Kantonales Spital	Di	18:15	21:15	4 Kurse

Rheumaliga Luzern und Unterwalden

Dornacherstrasse 14

6003 Luzern

Telefon 041 484 34 75 (Kurse)

rheuma.luuw-kurse@bluewin.ch