

YoungGo-, bellicon©-, und Power Yoga- Angebote ab Januar 2019

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--------|--|--|--|--|
| | bellicon© bounce 08:30 - 09:15 h TT- Hedingen | YoungGo-Training 08:00 - 08:50 h Rüchligstrasse 8, Hedingen | | YoungGo-Training 08:15 - 09:15 h Fliederstrasse, Hedingen |
| | | | | |
| | | | bellicon© bounce 19:15 - 20:00 h TT- Hedingen | |

Die Jump-Lektionen finden auf dem original bellicon©-Trampolin statt. Der Aufbau einer Jumplektion entspricht dem bellicon© -bounce-Konzept. Eine Lektion dauert 45 Min.

Das YoungGo-Training findet draussen statt. Es ist ein Walking-Training, welches alle zwölf Übungen des YoungGo-Trainings integriert. Für Neueinsteiger empfiehlt es sich, einen Technikkurs zu absolvieren. Weitere Infos unter www.movechezni.ch

Preise:

| | | | |
|-----------------------------|----------------------|-------------------|--------------------------------------|
| Jump | 10er-Abo | Fr. 200.- | (Fr. 180.- für TT-Mitglieder) |
| | Einzellektion | Fr. 25.- | |
| | 1 Jahr | Fr. 660.- | |
| YoungGo-Training | 10er-Abo | Fr. 90.- | |
| | Einzellektion | Fr. 10.- | |
| | 1 Jahr | Fr. 606.- | |
| Alle Angebote im Abo | 1 Jahr | Fr. 770.-- | |