

STUNDENPLAN ALLEGRO REFORMER TRAININGS

Ab 4.10.2021

TAG	ZEIT	TRAINING*	LEVEL	TRAINER*IN
Montag	12:00 – 13:00	Allegro Reformer (ohne Zertifikat)	I-III	Arzu
	17:30 – 18:30	Allegro Reformer	I-III	Sabine
	18:45 – 19:45	Allegro Reformer	II	Haeyeon
	20:00 – 21:00	Allegro Reformer Jumpboard	I-III	Haeyeon
Dienstag	12:00 – 13:00	Allegro Reformer (Deutsch/English)	I-II	Haeyeon
	17:30 – 18:30	Allegro Reformer	I-III	Bea
Mittwoch	12:00 – 13:00	Allegro Reformer Beginner	I	Tanja
	18:45 – 19:45	Allegro Reformer	I-II	Jennifer
	20:00 – 21:00	Allegro Reformer	I-II	Jennifer
Donnerstag	12:00 – 13:00	Allegro Reformer (ohne Zertifikat)	I-II	Amanda
	17:30 – 18:30	Allegro Reformer (ohne Zertifikat)	I-II	Amanda
	18:45 – 19:45	Allegro Reformer (ohne Zertifikat)	I-III	Amanda
Freitag	09:45 – 10:45	Allegro Reformer	I-II	Arzu
	12:00 – 13:00	Allegro Reformer Medium (ohne Zertifikat)	II-III	Amanda
	16:45 – 17:45	Allegro Reformer Advanced	III	Jenny
Samstag	09:00 – 10:00	Allegro Reformer (ohne Zertifikat)	I-III	Arzu
Sonntag	11:15 – 12:15	Allegro Reformer	I-II	Svetlana

> Alle Allegro Reformer Trainings finden im Studio an der Hotelgasse 4 im 1. Stock statt.

* Falls nicht anders vermerkt, gilt **für alle Allegro Reformer Trainings bis auf Weiteres** die **ZERTIFIKATSPFLICHT**.

Bitte halte dein Zertifikat sowie ein Personalausweis bereit, damit deine Trainerin oder dein Trainer dies vor dem Training kontrollieren kann.

TRAININGS OHNE ZERTIFIKATSPFLICHT finden ausschliesslich in geschlossenen Gruppen statt, die Anmeldung ist nur per E-Mail möglich.

> Für einen optimalen Start ins Allegro Reformer Training empfehlen wir dir ein Einsteigertraining, das jederzeit nach Vereinbarung buchbar ist.

Level: I = Beginner, II = Medium, III = Advanced