

Stundenübersicht

Montag

16.45 - 17.45

18.00 - 19.00

19.15 - 20.15

Dienstag

8.30 -9.30

9.45 – 10.45 Rückbildung

Mittwoch

18.00 – 19.00 für Schwangere

19.15 – 20.15

Rückbildungskurs 2020 jeweils Dienstag 9.45: 15./22./29. Sept., 6./13./20./27.Okt., 3.Nov

1.Kurs 2021 jeweils Dienstag 9.45: 5./12./19./26. Jan.,2./9./23. Feb./2. März

Die Stunden werden mit mindestens 3 Teilnehmer durchgeführt.



Preise

Abonnement

4 Teilnahme p. Woche

2 Teilnahme p. Woche

1 Teilnahme p. Woche

Jahres

CHF. 1280.-

CHF. 990.-

CHF. 690.-

Halbjahr

CHF. 750.-

CHF. 680.-

CHF. 400.-

Vierteljahr

CHF. 410.-

CHF.375.-

CHF. 220.-

Rückbildungskurs 8 Lektionen CHF.200.-

Einzelstunde in der Gruppe CHF. 20.-

CANTIENICA®-Einzelstunde

Individuelles Training und Coaching für Einsteiger und als Ergänzung zum Gruppentraining.

Einzelstunden eignen sich gut, um an ihren persönlichen Themen zu arbeiten.

Privatstunde à 60 Minuten

CHF. 90.-

Einzelkationen auf Anfrage

www.hanna-bewegt.ch

hanna@hanna-bewegt.ch

078 918 26 48