

Kursprogramm

Gültig ab 01.09.2025



kuoni

Zentrum für Training
und Therapie

Zeit	Kurs		Zeit	Instruktor*in	Details
Montag	08.15	Faszien Pilates	55'	Belinda	16 ☺
	Neu 09.15	Rücken-Fit	55'	Rita	16 ☺
	12.15	Bauch intensiv	30'	Jessica	16
	18.00	Powertoning	45'	Nico	12
	18.50	Faszienrollen	25'	David	16
Dienstag	Neu 08.15	Faszien in Motion	55'	Belinda	18 ☺
	Neu 09.15	Yogalates	55'	Belinda	16 ☺
	Neu 12.15	Move & Burn	30'	Fabian	16
	18.00	Pump	55'	Bibi	12
	19.15	Yoga Vinyasa Flow	55'	Annina	16
Mittwoch	Neu 08.15	Rücken-Fit	55'	Eveline	16 ☺
	Neu 09.15	Pilates	55'	Eveline	16 ☺
	12.15	Bauch intensiv	30'	Mauro	16
	18.00	Pilates	55'	Eveline	16
	19.00	TRX	45'	Jessica	7
Donnerstag	09.15	arpina® functional movement	30'	Fabian	7 ☺
	Neu 12.15	DynamikFlow	30'	Mauro	12
	18.30	Powertoning	55'	Nico	12
Freitag	08.15	Yogalates	50'	Belinda	18 ☺
	09.15	Step Aerobic	55'	Mirjam	16 ☺
Sonntag	09.15	Pump	55'	Team	16 ☺

Legende:

☺ = Kinderbetreuung

15 = Maximale Teilnehmerzahl

Wichtig! Eine Teilnahme am Kurs ist auch ohne vorgängige Anmeldung möglich! Jedoch garantieren wir eine Durchführung des Kurses nur, wenn min. 3 Anmeldungen vorliegen.



Kuoni Training und Therapie AG

Sandgruebstrasse 4
6210 Sursee
kuoni-sursee.ch

Zentrum für Training
041 921 77 19
training@kuoni-sursee.ch

Zentrum für Therapie
041 921 44 21
therapie@kuoni-sursee.ch