

BallettStadt - Belegungsplan für das Sportangebot im FS (19.02. - 02.06.2024)

Obergrundstrasse 42, 6003 Luzern, 1. OG



Kein HSCL-Betrieb:

- Do, 28.03. ab 16.00 Uhr bis So, 07.04. (Osterpause)
- Mi, 08.05. ab 16.00 Uhr bis So, 12.05. (Christi Himmel(fahrt))
- So, 19.05. ab 16.00 Uhr bis Mo, 20.05. (Pfingsten)
- Mi, 29.05. ab 16.00 Uhr bis So, 02.06. (Fronleichnam)

Zeit	Raum	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
		Neustadt 1	Neustadt 2	Neustadt 1	Neustadt 2	Neustadt 1	Neustadt 2	Neustadt 1	Neustadt 2	Neustadt 1	Neustadt 2	Neustadt 1	Neustadt 2
07.00 - 08.00						Yoga Vinyasa Flow Céline Brunner 07.30 - 08.30 Uhr							
08.00 - 09.00		Yoga Vinyasa Flow Aylin Sosseh 08.30 - 09.30 Uhr									Hatha Yoga Mirjam Peter 08.45 - 10.00hr		
09.00 - 10.00		Yoga Vinyasa Flow Aylin Sosseh 09.45 - 10.45 Uhr											
10.00 - 11.00								Yoga Vinyasa Flow Bryan Portmann 10.45 - 11.45 Uhr			Yoga Vinyasa Flow Jasmin Nguyen 10.15 - 11.15 Uhr		
11.00 - 12.00													
12.00 - 13.00		Pilates Christine Hanin 12.10 - 13.10 Uhr		Yoga Vinyasa Flow Fortgeschr. K. Udvardi 12.10 - 13.10 Uhr		Pilates Jeanine Arnet 12.10 - 13.10 Uhr	Hatha Yoga Mirjam Peter 12.20 - 13.20 Uhr	Yin Yoga Bryan Portmann 12.00 - 13.15 Uhr	Pilates Mattia Guglielmo 12.20 - 13.20 Uhr	Pilates Marie Lohmann 12.10 - 13.10 Uhr			
13.00 - 14.00				Hatha Yoga Claudia Zimmermann 13.30 - 14.30 Uhr									
14.00 - 15.00													
15.00 - 16.00													
16.00 - 17.00			Yin Yoga Catherine Spinner 16.30 - 17.45 Uhr										
17.00 - 18.00													
18.00 - 19.00		Yoga Nidra Dagmar Fromherz 18.00 - 19.00 Uhr			Kurs Entspannung für mehr Resilienz Sibylle Matter 18.00 - 19.30 Uhr		Hatha Yoga Anja Bienz 17.45 - 18.45 Uhr		Yoga Vinyasa Flow Catherine Spinner 17.30 - 18.45 Uhr				
19.00 - 20.00									Yin Yoga Olive Haymoz 19.00 - 20.15 Uhr			Kurs Ballett Ariane Udvardi 18.30 - 19.45 Uhr	
20.00 - 21.00		Hatha Yoga Lea Frei 20.15 - 21.30hr										Kurs Modern Dance Ariane Udvardi 20.00 - 21.15 Uhr	
21.00 - 22.00													

Kurs
Yoga
Grundlage
n
/
Workshop
Modern
Dance

Kurs
Mindfulness-
Based
Student
Training
Matthias
Wigger
9.30 - 14.30
Uhr
13.04.24

Geplante Trainingsdaten, allfällige Änderungen sowie Informationen zur Anmeldung siehe Webseite, www.hscl.ch
Zutritt zum HSCL Sportangebot nur nach vorgängiger Onlineanmeldung und mit Ausweis (Legi/HSCL-Ausweis)!