

STUNDENPLAN 01/2023

AQUAGYMNASTIK

Hallenbad Rodtegg Luzern

Montag 19h00 - 19h45

Montag 19h45 - 20h30

Montag 20h30 - 21h15

Hallenbad De la Paix Luzern

Dienstag 15h00 - 15h50

Hallenbad Luzern

Mittwoch 11h45 - 12h30

Donnerstag 09h00 - 09h45

Donnerstag 09h45 - 10h30

Hallenbad Mooshüsli Emmen

Freitag 08h45 - 09h30

Freitag 09h35 - 10h20

Freitag 10h25 - 11h10

RÜCKENGYMNASTIK

PCL-Kurslokal PanGas Kriens

Montag 16h00 - 16h55

Montag 17h00 - 17h55

Dienstag 19h00 - 19h55

Mittwoch 17h00 - 17h55

Mittwoch 19h00 - 19h55

Donnerstag 08h45 - 09h40

Donnerstag 09h45 - 10h40 Männer

Donnerstag 18h00 - 18h55

Pfarreizentrum St. Karl Luzern

Mittwoch 08h30 - 09h25

Mittwoch 09h30 - 10h25

Mittwoch 17h00 - 17h55

Mittwoch 18h00 - 18h55

Donnerstag 08h00 - 08h55

Donnerstag 09h00 - 09h55

FitPlus Willisau GmbH

Mittwoch 13h30 - 14h30

Mittwoch 17h30 - 18h30

Wäsmäli Treff Luzern (ab Januar 2023)

Dienstag 09h00 - 09h55

RÜCKBILDUNG MIT BABY

PCL-Kursraum PanGas Kriens

Donnerstag 16h30 - 17h20

RÜCKBILDUNG OHNE BABY

Wäsmäli Treff (ab Januar 2023)

Dienstag 10h00 - 10h55

PILATES

PCL-Kursraum PanGas Kriens

Montag 18h00 - 18h55

Montag 19h00 - 19h55

Dienstag 18h00 - 18h55

Mittwoch 18h00 - 18h55

Donnerstag 19h00 - 18h55

Freitag 09h00 - 09h55

Der Maihof Luzern

Dienstag 09h00 - 09h55

Dienstag 10h00 - 10h55

Dance Center Luzern

Donnerstag 18h00 - 18h55

Wäsmäli Treff Luzern (ab Januar 2023)

Mittwoch 18h00 - 18h55

Mittwoch 19h00 - 19h55 für Schwangere

KURSPREISE FÜR MITGLIEDER

AQUAGYMNASTIK

Hallenbad Rodtegg Luzern

CHF 20.00 pro Lektion

Hallenbad Luzern

CHF 14.00 pro Lektion exkl. Eintritt

Hallenbad Mooshüsli Emmen

CHF 12.00 pro Lektion exkl. Eintritt

RÜCKENGYMNASTIK / PILATES

CHF 18.00 pro Lektion

RÜCKBILDUNG MIT / OHNE BABY

CHF 22.00 / Fr. 18.00 pro Lektion

