



Bodycocktail

Beschreibung	Man nehme Elemente aus Bodytoning, BBP, Balance Pad und Pump 'n' go, mische und schüttele das Ganze kräftig, füge einen Spritzer Steptoning hinzu und runde mit einer Prise Stabilitätstraining ab. Fertig ist der Bodycocktail - ein Ganzkörpertraining für jedermann/frau. Kommen Sie auf den Geschmack! Dieser Kurs ist von QualiCert anerkannt. Sie haben dadurch die Möglichkeit über Ihre Krankenkasse einen Beitrag an die Kurskosten geltend zu machen, wenn Sie über eine entsprechende Zusatzversicherung verfügen. Weitere Infos: qualicert.ch
Inhalt	Trainingsinhalte aus BBP, Bodytoning, Balance Pad, Pump n'go, Step-toning und Stabilitätstraining.
Datum	25.03.2019 - 01.07.2019 / E_1282811
Zeit	19:00 - 19:50 h
Wochentage	Mo
Dauer	13 Kurstag(e). Total 13.00 Lektion(en) à 50 Minuten
Preis	CHF 182.00
Durchführungsort	Töpferstrasse 3, 6004 Luzern

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mo	25.03.2019	19:00 - 19:50
	2 Mo	01.04.2019	19:00 - 19:50
	3 Mo	08.04.2019	19:00 - 19:50
	4 Mo	15.04.2019	19:00 - 19:50
	5 Mo	29.04.2019	19:00 - 19:50
	6 Mo	06.05.2019	19:00 - 19:50
	7 Mo	13.05.2019	19:00 - 19:50

Klubschule Migros Luzern

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1
6004 Luzern

klubschule.luzern@migros-luzern.ch
klubschule.ch





Bodycocktail

Termine	Tag	Datum	Zeit
	8 Mo	20.05.2019	19:00 - 19:50
	9 Mo	27.05.2019	19:00 - 19:50
	10 Mo	03.06.2019	19:00 - 19:50
	11 Mo	17.06.2019	19:00 - 19:50
	12 Mo	24.06.2019	19:00 - 19:50
	13 Mo	01.07.2019	19:00 - 19:50

Klubschule Migros Luzern

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1
6004 Luzern

klubschule.luzern@migros-luzern.ch
klubschule.ch

