

GROUPFITNESS PROGRAMM | 1. NOVEMBER 2026 BIS AM 31. OKTOBER 2027

Kurse im Wasser

Saisonkurs
oder Serienkurs



	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag	
	Group-fitness 1	Group-fitness 2	Hallenbad	Group-fitness 1	Group-fitness 2	Hallenbad	Group-fitness 1	Group-fitness 2	Hallenbad	Group-fitness 1	Group-fitness 2	Hallenbad	Group-fitness 1	Group-fitness 2	Hallenbad	Hallenbad	Group-fitness 1
06.00-07.00									06.00-07.00 Früh Aquafit								
07.00-08.00					07.45-08.45 Pilates Stephanie B.			07.30-08.45 Flow Yoga Ulli		07.45-09.00 Flow Yoga Ulli			07.15-08.15 Power Pilates Stephanie B. NEU!	07.15-08.15 Early Bird Yoga Stephanie I.			
08.00-09.00							08.30-09.30 Pilates CARE Regina										
09.00-10.00	08.45-09.45 TRX Perrine	08.30-09.30 Pilates Ulli	09.00-10.00 Aquafit		08.55-09.55 Pilates Regina			09.00-10.00 Powermix Stephanie B. NEU!			08.00-09.00 Ü40 Turnen Beatrice		09.00-10.00 Spinning ab 04.12.26 bis 19.03.27 NEU!	08.30-09.30 Pilates Ulli		08.00-09.00 Reax Raft Yoga Natascha Z.	
10.00-11.00		9.45-11.00 Restorative Yin Yoga Natascha Z.	10.05-11.05 Aquafit							09.15-10.30 Yin Yoga Ulli							
11.00-12.00																	
12.00-13.00				12.15-13.15 Spinning			12.15-13.00 HIIT Simon ab 04.11.26 bis 21.04.27							12.15-13.15 Pilates Natascha O.			
13.00-14.00																	
14.00-15.00																	
15.00-16.00																	
16.00-17.00		16.30-17.30 Dance Kids ab 4 Jahren Karin R. *			16.45-17.30 Kinder Yoga (5-10 J.) Alexandra *					16.40-17.40 Faszien Training Monika 05.11.26- 25.03.27							
17.00-18.00																	
18.00-19.00	18.00-19.00 Spinning	18.00-18.50 Full Body Training Yvonne		18.00-19.00 BBP Susanne	18.00-19.00 Pilates Natascha O. ab 03.11.26 bis 20.04.27		18.00-19.00 Bootcamp Selina	18.00-19.00 LesMills Body Pump Sandra NEU!		18.00-19.00 Spinning Julie ab 05.11.26 bis 25.03.27	18.00-19.15 Yin Yoga Stephanie I. ab 07.01. bis 22.04.27 NEU!		18.00-19.00 MAX® & smartAbs Sonja ab 06.11.26 bis 23.04.27	18.00-19.00 Yoga Stretch & Chill Natascha Z.			
19.00-20.00	19.10-20.10 Spinning ab 19.10.26 bis 19.04.27	19.05-20.20 Power Yoga Natascha Z.		19.10-20.10 ZUMBA® Tanzfitness Jacqueline	19.15-20.15 LesMills Body Pump Simon NEU!	19.30-20.30 Aquafit Susanne	19.15-20.15 TRX Monika	19.10-20.25 Hatha Yoga Natascha Z.	19.30-20.30 Reax Fit Flow Michaela H. ab 02.12.26 NEU!	19.10.-20.10 Spinning Julie ab 05.11.26 bis 25.03.27 NEU!	19.30-20.30 LesMills Body Pump Sarah NEU!	19.00-20.00 Erwachsene Technik Schwimmkurs Advanced Regula *	19.15-20.15 ZUMBA® Tanzfitness Sonja				
20.00-21.00																	

**SCHLISSUNG
GROUPFITNESS:**
26. April bis 9. Mai 2027
WASSERKURSE:
19. April bis 9. Mai 2027

ANMELDUNG RECEPTION
033 748 80 90

* finden während den Schulferien (Saanenland) nicht statt.

An Feiertagen finden keine Kurse statt (+ Heiligabend 24.12., Silvester 31.12., Ostersonntag, 27.03.27 & Freitag und Samstag nach Auffahrt, 07. + 08.05.27).

Alle Kurse finden ab 3 Teilnehmer statt. Anmeldung ist erforderlich. Stornierungen müssen mindestens einen halben Tag vor dem angemeldeten Training erfolgen, sonst muss der volle Preis bezahlt werden!

Programmänderungen vorbehalten