

# Kalosoma

## Stundenplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Morgen	10.00 – 10.55 Pilates	10.30 – 11.25 Pilates		10.00 – 10.55 Zumba*	
Mittag					12.15 - 13.10 Rückengymnastik <sup>o</sup>
Abend	20.00 – 20.55 Pilates		18.45 – 19.40 Pilates  20.00 – 20.55 Pilates		
Craniosacral Therapie, Massage, Personal Training, Tennis nach Vereinbarung					

\*Fitness Lodge, Ruchwiesenstrasse 5, 8157 Dielsdorf

<sup>o</sup>Migros Fitnesspark Regensdorf, Im Zentrum 3, 8105 Regensdorf