

## Gymnastikangebot 2023

Wochentag	Zeit	Räumlichkeiten, Ort	Gymnastikangebot	Leiterin	Telefon
-----------	------	---------------------	------------------	----------	---------

Montag	09.00 - 10.00	Saal kath. Kirche Hombrechtikon	Gymnastik Plus	Rahel Schaufelberger	078 828 84 99
	10.00 - 11.00				
	13.30 - 14.30	Saal kath. Kirche Hombrechtikon	Senioren Gymnastik	Marlies Rupf Liliane Sutter	055 244 23 88 078 748 20 78
	18.30 - 19.30	KiGa Tobel, Disporaum Hombrechtikon	bodyART Strength ®	Regula Appoloni	079 463 76 87

Dienstag	08.00 - 09.00	Geissbergsaal Wolfhausen	Rücken Gymnastik	Margrit Ulrich	055 244 25 82
	09.00 - 10.00				
	18.00 - 19.00	Turnhalle Tobel Hombrechtikon	Fit und Gesund	Monika Ryser	079 321 56 03
	19.00 - 20.00		GymFit		

Donnerstag	18.00 - 19.00	Turnhalle Tobel Hombrechtikon	Fit und Vital	Monika Ryser	079 321 56 03
------------	---------------	----------------------------------	---------------	--------------	---------------