

WALDHAUS SPA WEEKLY WORKOUT



July

TIME	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
						01.07.2017
8.30–9.30 Uhr						Body Workout
17–18 Uhr						
	03.07.2017	04.07.2017	05.07.2017	06.07.2017	07.07.2017	08.07.2017
8.30–9.30 Uhr	Body Workout	Aqua Aerobics	Body Workout	Pilates	Body Workout	Body Workout
17–18 Uhr	Stretch & Relax	Stretch & Relax				
	10.07.2017	11.07.2017	12.07.2017	13.07.2017	14.07.2017	15.07.2017
8.30–9.30 Uhr	Body Workout	Pilates	Body Workout		Body Workout	Body Workout
17–18 Uhr	Stretch & Relax	Stretch & Relax				
	17.07.2017	18.07.2017	19.07.2017	20.07.2017	21.07.2017	22.07.2017
8.30–9.30 Uhr	Body Workout	Aqua Aerobics			Body Workout	
17–18 Uhr	Stretch & Relax	Stretch & Relax				
	24.07.2017	25.07.2017	26.07.2017	27.07.2017	28.07.2017	29.07.2017
8.30–9.30 Uhr	Body Workout	Aqua Aerobics			Body Workout	Body Workout
17–18 Uhr	Stretch & Relax	Stretch & Relax				

The Waldhaus Spa weekly workout programme is valid in July 2017. Subject to modifications. Phone +41 (0)81 928 49 99

Book your Tennis Court or Tennis Trainer now under Phone +41 (0)81 928 49 99