

Belegungsplan. Bewegungsraum 2

Herbstsemester (14.09. - 20.12.2026)



Walter-von-Moos-Promenade 4. 6003 Luzern

Kein HSCL-Betrieb:

Fr, **02.10.** (St. Leodegar)

Di, **08.12.** (Maria Empfängnis)

So, **01.11.** (Allerheiligen)

Mo, **21.12.2026 - So, 03.01.2027** (HSCL-Weihnachtspause)

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
07.00 - 8.00						
08.00 - 9.00					Kurs Tai Chi Fabrice Schreiber 07.45 - 08.45 Uhr (23.10. - 04.12.)	Workshops Mindful Retreat Matthias Wigger 10.00 - 15.00 Uhr (05.12.)
9.00 - 10.00						
10.00 - 11.00						
11.00 - 12.00						
12.00 - 13.00						
13.00 - 14.00						
14.00 - 15.00						
15.00 - 16.00	Spinning Rita Guglielmo 15.00-16.00					
16.00 - 17.00		Spinning Carolina Lüthi 16.00-17.00		Spinning Alisha Grüter 16.00-17.00		
17.00 - 18.00	Yoga Nidra Dagmar Fromherz 17.30 - 18.30 Uhr		Pilates Jana Wigger 17.15 - 18.15 Uhr			
18.00 - 19.00		Pilates Lea Bucher 18.30 - 19.30 Uhr		Kurs Taekwondo Silvia Lettenbichler 18.00 - 19.00 Uhr (22.10. - 19.11.)		
19.00 - 20.00			Kurs Mindful Basics 1 Matthias Wigger 19.00 - 20.30 Uhr (28.10. - 2.12.)	Stabilisation & Koordination Melanie Hug 19:15-20:15 Uhr		
20.00 - 21.00						
21.00 - 21.15						

Geplante Trainingsdaten, allfällige Änderungen sowie Informationen zur Anmeldung siehe Webseite, www.hscl.ch
Zutritt zum HSCL Sportangebot nur nach vorgängiger Onlineanmeldung und mit Ausweis (Legi/HSCL-Ausweis)!