

Perron 1 - Belegungsplan: Ferientraining Sommer (01.06.-05.07. und 17.08.-13.09.2026)

Kein HSCL-Betrieb:

- Do, 04.06. bis So, 07.06. (Fronleichnam)
- Mo, 06.07. bis So, 16.08. (HSCL-Sommerpause - NUR Trainings im Beachvolleyball, Krafttraining, Outdoor Fitness, Rudern, Seekajak, SUP, sowie Kurse/Camps finden statt)
- Sa, 01.08. (Nationalfeiertag)
- Sa, 15.08. (Maria Himmelfahrt)
- Mo, 07.08. ab 17.00 Uhr (Trainingsleitenden-Treff)

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
07.00 - 8.00						
08.00 - 9.00						
9.00 - 10.00	Yoga Vinyasa Flow Sheilina Durrer 8.30 - 9.30 Uhr				Hatha Yoga Mirjam Peter 8.45 - 10.00 Uhr	
10.00 - 11.00					Yoga Vinyasa Flow Julia. B 10.15 - 11.15 Uhr (12.06-03.07)	
11.00 - 12.00				Yoga Vinyasa Flow Bryan Portmann 10.45 - 11.45 Uhr		
12.00 - 13.00	Pilates Christine Hanin 12.10 - 13.10 Uhr	Yoga Vinyasa Flow Karin Udvardi 12.10 - 13.10 Uhr	Hatha Yoga Mirjam Peter 12.10 - 13.10 Uhr	Yin Yoga Bryan Portmann 12.00 - 13.15 Uhr		
13.00 - 14.00						
14.00 - 15.00						
15.00 - 16.00						
16.00 - 17.00	Yin Yoga Cahterine Spinnler 16.30 - 17.45					
17.00 - 18.00						
18.00 - 19.00	Yoga Nidra Chantal Kreiliger 18.00 - 19.00 (1.6. - 29.6.)		Hatha Yoga Anik Auer 17.30 - 18.30 Uhr			
19.00 - 20.00				Hip Hop Amelie Rohner 18.45 - 19.45 Uhr (11.06-02.07)		
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)!