



Anita Kälin Studio-Inhaberin

Ausbildungen:

- Diplomierte internationale Polestar Trainerin
- in Pilates Studio, Matte und Reformer (Allegro)
- Aerobic Instruktorin IFAA & SAFS
- Lizenzierte Zumba Instruktorin
- Diverse Weiterbildungen
- Alle Kurse bei mir sind Qualitop anerkannt

Tätig seit 1994



Evi Romang

Ausbildungen:

- Dipl. Gymnastikpädagogin Limmathaus Zürich
- Aerobic und Toning Instruktorin
- Lizenzierte Zumba Instruktorin
- Pilates Instruktorin Matte
- Diverse Weiterbildungen
- Alle Kurse bei mir sind Qualitop anerkannt

Tätig seit 1998



Christina Wyss-Lehm

Ausbildungen:

- Yoga für Anfänger
- dipl. Pilates Instruktorin Matte Polestar
- Remedial Massage
- Reiki
- Adv. dipl. Homeopathic Medicine

> **Stundenplan Januar–April 2016** (PDF) [herunterladen](#) .

> **Stundenplan April–September 2017** (PDF) [herunterladen](#)

Alle Pilates, Yogilates, Zumba , Bodytoning und Step Intervall Kurse sind Qualicert anerkannt

Leider werden Yoga Kurse von verschiedenen Versicherungen nicht bezahlt

Kursprogramm 23. April - 6. September 2018 Sommerpause vom 30. Juni bis 12. August 2018

- Montag: 10.10 Uhr Yoga für Anfänger En/ De mit Monique
- Montag: 16.45 Uhr Pilates für Senioren mit Anita
- Montag: 17.45 Uhr FIVE mit Anita neu
- Montag: 19.00 Uhr Pilates für Anfänger mit Christina
- Montag 20.10 Uhr Pilates mit Anita

- Dienstag: 09.00 Uhr Pilates mit Anita
- Dienstag: 10.00 Uhr Bodytoning mit Anita
- Dienstag: 17.15 Uhr Kleingruppen Training auf Reformer - Geräten(max. 4 Pers.) mit Anita neu!!

- Dienstag: 18.30 Uhr Zumba Fitness mit Anita
- Dienstag: 19.45 Uhr Yoga für Anfänger mit Christina

- Mittwoch: 8.30 Uhr Pilates mit Anita
- Mittwoch: 9.30 Uhr Zumba Fitness mit Anita
- Mittwoch: 18.00 Uhr Pilates mit Evi
- Mittwoch: 19.00 Uhr Yin Yoga mit Christina auch für Anfänger
- Mittwoch: 17.45 Uhr Pilates Kleingruppen Training auf Reformer-Geräten * (max. 4 Pers.) mit Anita

- Mittwoch: 18.45 Uhr Pilates Kleingruppen Training auf Reformer-Geräten * (max. 4 Pers.) mit Anita
- Mittwoch: 20.05 Uhr Pilates mit Anita

- Donnerstag: 07.00 Yogilates mit Christina
- Donnerstag: 09.00 Uhr Bodytoning mit Anita
- Donnerstag: 10.00 Uhr Pilates mit Anita
- Donnerstag: 17.55 Uhr Pilates mit Anita
- Donnerstag: 19.00 Uhr Pilates mit Anita
- Donnerstag: 20.05 Uhr Step Intervall mit Anita

* = Die Kleingruppen Trainings auf dem Reformer finden im 4. Stock im Studio Anitafit Personaltraining statt.
