



GOODTRAINING

Niki Good & Hideto Heshiki 079 488 75 89 info@goodtraining.ch

Start	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
09:00			ピラテス Niki	ジャイロキネシス Ivan	ピラテス Niki	
11:00						ピラテス misc. teachers
12:30		ピラテス Patrik		ピラテス Patrik	ジャイロキネシス Mariateresa	ピラテス misc. teachers
15:00	ジャイロキネシス 平敷秀人					
18:00	ピラテス Mirjam		ピラテス Rachel	ピラテス Niki		
18:30		ジャイロキネシス 平敷秀人				
19:30	ピラテス Mirjam		ピラテス Rachel	ピラテス Rachel		

Single lessons / treatments (Gyrokinesis, Gyrotonic, Pilates, Shiatsu, Feldenkrais) on appointment.

www.goodtraining.ch