



Fitness Aktivitäten

PILATES

Dienstags und Freitags um 9.15 und Montags um 18.00

Pilates stärkt und belebt die Haltungsmuskeln durch fließende Bewegungen mit kontrollierter Atmung.

ODAKA YOGA

Mittwochs von 8:45 bis 9:45

Originell und innovativ

Beeinflusst vom Rhythmus und den dynamischen Bewegungen des Ozeans und angepasst an dem menschlichen Körper.

HIIT DANCE

Montags von 9:15 bis 10:15

Verbrennen Sie die Kalorien im Musikrhythmus : ein intensiver kardiovaskulärer Training mit einfachen aerobischen Bewegungen und Tanzschritten.

Abbonement

Abbonement von 10 Lektionen : CHF 270.-

Abbonement von 10 Lektionen und Eintritt in der Spa : CHF 350.-

1 Lektione : CHF 30.-

Für Buchungen : spa@theviewlugano.ch oder +41 91 210 00 00

THE VIEW Lugano...a world of its own!