

VORMITTAG

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.00 – 10.00 Uhr	--.-- --.-- Uhr	08.30 – 10.00 Uhr	10.00 - 11.00 Uhr	9.00 – 10.30 Uhr	--.-- --.-- Uhr	10.00 – 11.00 Uhr
Pilates	.	Yoga für Einsteiger	Allerheiligen (06.01.22) Wirbelsäulen- gymnastik	Yogaflow Mittelstufe	.	Wirbelsäulen- Gymnastik

NACHMITTAG

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
18.00 – 18.55 Uhr	18.15 – 19.15 Uhr	19.30 – 20.30 Uhr	19.00– 20.00 Uhr	--.-- --.-- Uhr	--.-- --.-- Uhr	--.-- --.-- Uhr
25 Minuten Beine und Po 25 Minuten Bauch und Rücken	BodyFit	Pilates	Yogaflow	.	.	.
19.00– 20.00 Uhr						
Yogaflow						