



VORMITTAG

MONTAG

9.00 – 10.00 Uhr

Faszien-Pilates

DIENSTAG

— . — — . — Uhr

.

MITTWOCH

08.30 – 10.00 Uhr

„Starte in den Tag“
Hatha Yoga

DONNERSTAG

— . — — . — Uhr

.

FREITAG

9.00 – 10.30 Uhr

Yogaflow

SAMSTAG

— . — — . — Uhr

.

SONNTAG

10.00 – 11.00 Uhr

Wirbelsäulen-
gymnastik

NACHMITTAG

MONTAG

18.00 – 18.55 Uhr

BBP + Rücken

DIENSTAG

18.15 - 19.15 Uhr

START AM 14.03.

10-Wochen-Kurs

Faszientraining
Schwerpunkt
„Beckenboden“

MITTWOCH

18.00 – 19.15 Uhr

8-Wochen-Seminare
„Stress bewältigen“
mit PMR oder
Autogenem Training*

19.30– 20.30 Uhr

Pilates

DONNERSTAG

18.00 – 18.55 Uhr

BBP + Rücken

19.00– 20.00 Uhr

Yogaflow

FREITAG

18.00. - 22.00 Uhr

Kindernotfall-
Kurse

Separate Anmeldung
erforderlich
kindernotfallkurs-heidelberg.de

SAMSTAG

— . — — . — Uhr

SONNTAG

18.45.- 20.15 Uhr

Salsa Tanzkurs

Separate Anmeldung
erforderlich
KimD2009@aol.de