

VORMITTAG

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.00 – 10.00 Uhr	— . — — . — Uhr	09.00 – 10.00 Uhr	— . — — . — Uhr	9.00 – 10.30 Uhr	— . — — . — Uhr	10.00 – 11.00 Uhr
Faszien-Pilates		Hatha-Yoga „Starte in den Tag“ Auch für Einsteiger geeignet		Yogaflow		Wirbelsäulen- gymnastik

NACHMITTAG

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
18.00 – 18.55 Uhr	18.15 - 19.15 Uhr	18.15 – 19.15 Uhr	18.00 – 18.55 Uhr	18.00. - 22.00 Uhr	— . — — . — Uhr	— . — . — . — Uhr
BBP + Rücken	Faszientraining für den Beckenboden	Pilates <i>Basis-Kurs</i>	BBP + Rücken	Kindernotfall- Kurse		.
19.00– 20.00 Uhr		19.30– 20.30 Uhr	19.00– 20.30 Uhr	Separate Anmeldung erforderlich <a href="http://kindernotfallkurs-heidelberg.de">kindernotfallkurs-heidelberg.de</a>		
Yogaflow		Pilates <i>Mittelstufe</i>	Yogaflow			