



VORMITTAG

MONTAG

9.00 – 10.00 Uhr

Faszien-Pilates

DIENSTAG

— . — — . — Uhr

MITTWOCH

09.00 – 10.00 Uhr

Kursausfall
am
09.10.2024

DONNERSTAG

— . — — . — Uhr

FREITAG

9.00 – 10.30 Uhr

Yogaflow
Mittelstufe

SAMSTAG

— . — — . — Uhr

SONNTAG

09.45 – 11.00 Uhr

Wirbelsäulen-
gymnastik

NACHMITTAG

MONTAG

18.00 – 18.55 Uhr

BBP + Rücken

DIENSTAG

— . — — . — Uhr

Sommerpause
für den Kurs
„Faszientraining
für den
Beckenboden“

MITTWOCH

18.15 – 19.15 Uhr

19.30– 20.30 Uhr

Happy Back

DONNERSTAG

18.00 – 18.55 Uhr

19.00– 20.30 Uhr

BBP + Rücken

Yogaflow
alle Klassen

FREITAG

— . — . — . — Uhr

AOK-
Sonderkurs*
(separate Anmeldung
erforderlich)

SAMSTAG

— . — — . — Uhr

SONNTAG

— . — . — . — Uhr