

**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 – 11.15 Uhr
Faszien-Pilates		„Mein Yoga am Morgen“  <i>für alle Klassen, auch Einsteiger</i>		Yogaflow  <i>Mittelstufe</i>		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	18.30 – 19.25 Uhr	— . — . — . — Uhr	— . — . — . — Uhr	— . — . — . — Uhr
BBP + Rücken	BeBoFit <i>für einen gesunden Beckenboden</i>	Pilates <i>Basis-Kurs</i>	BBP + Rücken	AOK Yoga Sonderkurs *separate Anmeldung erforderlich		
19.00 – 20.00 Uhr	19.30 - 20.30 Uhr	19.30 – 20.30 Uhr	19.30 – 20.30 Uhr			
Yogaflow <i>alle Klassen</i>	Yin-Yoga	Pilates <i>Mittelstufe</i>	Yogaflow <i>alle Klassen</i>			