

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

YOGLATES

9.45 - 10.45 Uhr bei Steffi

ZUMBA®GOLD

Interessent*innenliste
11.05 - 12.20 Uhr bei Wendy

TRILOCHI®

16.30 - 17.45 Uhr bei Sabine

KRAFT & FITNESS INKL. YOGILATES

18.20 - 19.50 Uhr bei Elisabeth

YIN & YANG YOGA

19.30 - 21.00 Uhr bei Katja

RÜCKENKURS

17.30 - 19.00 Uhr bei Gabriele
Schulz

HATHA YOGA

19.15 - 20.30
Uhr bei Gabriele
Schulz

YIN YOGA

20.00 - 21.00
Uhr bei Antje

HATHA YOGA STÄRKT DEIN POTENTIAL

8.00 - 9.15 Uhr bei Volker

ZUMBA® FÜR ALLE

18.15 - 19.30 Uhr bei Angela/Emma

VINYASA YOGA FLOW »DO«

19.00 - 20.15 Uhr bei Antje

PHYSICAL TRAINING

19.55 - 21.00 Uhr bei Peter

PILATES

20.30 - 21.30 Uhr bei Antje

TÄNZERISCHE FITNESS

9.30 - 10.30 Uhr bei Alexandra
Steinmeier

KINDERTANZEN

15.15 - 16.00 Uhr bei Lea

YOGA FÜR DEN RÜCKEN

17.10 - 18.40 Uhr bei Wiebke
Lahmann

VINYASA YOGA FLOW »MO«

20.00 - 21.15
Uhr bei Antje

HATHA YOGA AM MONTAG

19.45 - 21.00
Uhr bei Gabriele
Schulz