

MONTAG

VORMITTAG

8.15	VinyasaYogaFlow	60	Barbara
9.30	BauchBeinePo kostenloser Kinderhort	60	Regula Good

ABEND

17.45	Rücken- & Haltungstraining	60	Yvonne
19.00	FaszienTraining	60	Yvonne
20.15	BauchBeinePo	60	Barbara

DIENSTAG

VORMITTAG

9.30	StepDance im $\frac{3}{4}$ Takt & Bauchtraining kostenloser Kinderhort	60	Barbara
------	--	----	---------

ABEND

19.00	StepAerobic & Bauchtraining	60	Yvonne
20.15	Pilates	60	Yvonne

MITTWOCH

VORMITTAG

8.30	FaszienYoga	60	Barbara
9.45	Pilates kostenloser Kinderhort	60	Yvonne

ABEND

20.00	NEU Yoga für Männer	60	Regula Good
-------	----------------------------	----	-------------

DONNERSTAG

VORMITTAG

8.30	Rücken- & Haltungstraining	60	Yvonne
------	----------------------------	----	--------

ABEND

19.00	YogiLatesFlow (einmalige Kombination aus VinyasaYoga, ChiYoga und Pilates)	60	Barbara
20.15	IntervallTraining	60	Regi Müller

FREITAG

VORMITTAG

8.30	Rücken- & Haltungstraining	60	Barbara
------	----------------------------	----	---------