

ONLINE- & OUTDOOR-KURSPLAN

(unter Vorbehalt gültig bis 2. Juli 2021)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		9-10:15 Uhr Nordic Walking	9-10 Uhr Mamisports <i>Outdoor mit Baby</i>	
10:15-11:15 Uhr Pure Pilates postnatal		9-10 Uhr Rückenfit Yoga <i>Neu ab 26.5.</i>	10:05-11:05 Uhr Mamisports <i>Outdoor mit Baby</i>	9:15-10:15 Uhr Pure Pilates
11:30-12:30 Uhr Pure Pilates pränatal				
			17-18:15 Uhr Lauftraining	
	18:30-19:30 Uhr Functional Pilates		18-19:30 Uhr Yoga Basics (Einsteiger)	
19:45-20:45 Uhr Pure Pilates	20-21 Uhr Yin Yoga		20-21 Uhr Yoga Soft (Level 1)	

+++ Während des Lockdowns bieten wir dieses reduzierte Angebot an. Die Outdoorkurse findet statt sobald wir dürfen. +++