

KURSPLAN (GÜLTIG AB AUGUST 2021)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sa & So
9:15-10:15 Uhr Mamisports <i>mit Baby</i>	9-10 Uhr Pure Pilates	8-9 Uhr Entspannung	9-10 Uhr Mamisports <i>Outdoor mit Baby</i>	8-9 Uhr Pure Pilates	Workshops (wechselndes Angebot)
10:30-11:30 Uhr Pure Pilates postnatal <i>mit Baby</i>	10:15-11:15 Uhr Bewegungsbaustelle	9:45-11 Uhr Nordic Walking	10:05-11:05 Uhr Mamisports <i>Outdoor mit Baby</i>	9:15-10:15 Uhr Functional Pilates	
11:45-12:45 Uhr Pilates pränatal				10:30-11:30 Uhr Faszien Pilates	
	16-17 Uhr Bärenstarke Kids		17:30-18:45 Uhr Lauftraining		
18:30-19:30 Uhr Pure Pilates	18:30-19:30 Uhr Functional Pilates	18-19.30 Uhr Yoga Flow (Level 2)	18-19.30 Uhr Yoga Basics		
19:45-20:45 Uhr Pure Pilates		20-21.30 Uhr Yin Yoga	20-21.30 Uhr Yoga Soft (Level 1)		