

Stundenplan gültig ab 19.02.



MONTAG

9Uhr Yoga nach der Schwangerschaft\*\*

18Uhr Faszio sanft

19:30Uhr yIN Balance



DIENSTAG

12Uhr bewegte Mittagspause

15:30Uhr Kinderyoga mit Maria \*\*

19Uhr Pilates mit Christine \*\*



MITTWOCH

18Uhr starke Mitte - elastischer BeBo

19:30Uhr dynamisches Faszio



DONNERSTAG

9Uhr Pilates\*\* mit Christine

18Uhr starker Rücken mit Maria\*\*

19:45Uhr Hatha Yoga Krankenkasse \*\*



FREITAG

8:45Uhr NATURALFLOW

\*\* Festplatzbuchung direkt beim Kursleiter

Pilates - Christine Leitgeb [christine.fitness@outlook.de](mailto:christine.fitness@outlook.de)

Yoga nach der Schwangerschaft & Hatha Yoga [www.licht-yoga.de](http://www.licht-yoga.de)

Kinderyoga Maria Baranowski [mia\\_m@web.de](mailto:mia_m@web.de)

