

MONTAG

8.15	VinyasaYogaFlow	60'	Barbara
17.45	Rücken- & Haltungstraining	60'	Yvonne
19.00	Pilates	60'	Yvonne
20.15	BauchBeinePo	60'	Barbara

DIENSTAG

9.30	StepDance im $\frac{3}{4}$ Takt & Bauchtraining	60'	Barbara
12.10	NEU Yoga am Mittag	60'	Regula

MITTWOCH

8.30	FaszienYoga	60'	Barbara
9.45	Pilates mit kostenlosem Kinderhort	60'	Yvonne
19.00	Yoga für Männer und Frauen	60'	Regula
20.15	StepAerobic & Bauchtraining	60'	Regula

DONNERSTAG

8.30	Rücken- & Haltungstraining	60'	Regula
19.00	YogiLates Flow	60'	Barbara

FREITAG

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