

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag
Raum 1 OG	Raum 2 EG	Raum 1 OG	Raum 2 EG	Raum 1 OG	Raum 2 EG	Raum 1 OG	Raum 2 EG	Raum 2 EG
10:00-11:30 Hatha Yoga Ulrike		10:00-11:30 Kundalini Yoga Petra						9:30-10:30 Pilates Liane NEU ab 11/26
			15:45-16:45 Kinderyoga 4-8 Jahre Sabine	15:20-16:05 + 16:15-17:00 Selbstverteid. für Kinder 5-13 Jahre Theo		16:30-17:30 Free Movement Hanna NEU ab 01/27	16:00-17:30 Yoga mit dem Stuhl Sonja	16:00-17:15 Vinyasa Flow Sarah NEU ab 11/26
17:00-18:00 Entspannung Yvonne	17:00-18:30 Qigong Eric NEU ab 10/26	17:30-19:00 Vinyasa Flow Yoga Christine	17:00-18:00 Kinderyoga 4-8 Jahre Sabine	17:30-19:00 Kundalini Yoga Petra	18:00-19:00 Yoga ab 11 Jahre Eileen	18:00-19:00 Yin Yoga Liane	18:00-19:30 Yoga mit dem Stuhl Sonja	
18:30-20:00 Kundalini Yoga Petra		19:30-21:00 Hatha Yoga Ulrike	18:30-19:30 Pilates Liane NEU ab 11/26	19:30-20:45 Faszien- training im Aerialtuch Petra		19:30-21:00 Hatha Yoga Ulrike		Ab 18:30 Uhr Wechselndes Angebot siehe Internetseite

 Kurse im Abo

 Kurse mit Anmeldung - siehe Flyer oder Website

Liane **0175 988 88 92**
Petra **0175 988 88 85**
Sonja **01525 532 50 59**

Christine **01577 203 96 68**
Eileen **01515 735 86 98**
Eric **01525 415 57 31**
Hanna **0151 68 49 15 49**
Sabine **0178 352 07 87**

Sarah **0176 47 39 98 67**
Ulrike **0173 491 01 74**
Theo **0176 310 729 32**
Yvonne **0173 935 41 54**

Stand 10/2026