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 light Liane **Start 01/27**
			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 Flow ins Wochenende Sarah **Start 20.11.26**
17:00-18:00 Entspannung Yvonne	17:00-18:30 Qigong Eric **Start 12.10.26**	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 für Teens 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 Power Pilates Liane **Start 17.11.26**	19:30-20:45 Faszien- training im Aerialtuch Petra	19:30-20:30 Zumba Vivien **NEU ab 01/27**	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**	**Christine**	**01577 203 96 68**	**Sarah**	**0176 47 39 98 67**
Petra	**0175 988 88 85**	**Eileen**	**01515 735 86 98**	**Ulrike**	**0173 491 01 74**
Sonja	**01525 532 50 59**	**Eric**	**01525 415 57 31**	**Theo**	**0176 310 729 32**
		Hanna	**0151 68 49 15 49**	**Viven**	**0160 938 86 092**
Stand 11/2026		**Sabine**	**0178 352 07 87**	**Yvonne**	**0173 935 41 54**