

Kursplan gültig ab September 2017

Montag

10.00 – 11.30 Uhr Yoga alle Level

18.30 – 19.30 Uhr Yoga Level 1

20.00 – 21.30 Uhr Yoga Level 2

Dienstag

09.00 – 10.00 Uhr Pilates

11.00 – 12.00 Uhr Yoga für Senioren

18.00 – 19.30 Uhr Yoga alle Level

20.00 – 21.00 Uhr Pilates

Mittwoch

08.00 – 09.00 Uhr Early Bird Yoga alle Level

10.00 – 11.30 Uhr Yoga Level 1

17.00 – 18.00 Uhr Präventionskurs Yoga (KK unterstützt)

18.15 – 19.15 Uhr Pilates

19.30 – 21.00 Uhr Präventionskurs Yoga (KK unterstützt)

Donnerstag

18.00 – 19.00 Uhr Pilates

19.30 – 21.00 Uhr Yoga Level 1

Freitag

08.00 – 09.00 Uhr Early Bird Yoga alle Level

10.00 – 11.00 Uhr Pilates

17.00 – 18.00 Uhr Pilates

18.30 – 20.00 Uhr Yoga Level 1-2

Sonnabend

10.00 – 11.30 Uhr Yoga alle Level

Sonntag

11.00 – 12.00 Uhr Pilates

18.00 – 19.30 Uhr Yoga alle Level