

KURSPLAN

STUDIOZWEI

MO	DI	MI	DO	FR	SA / SO
	07:45 Yoga Fit 60 Min Stefanie	08:30 Step 60 Min Marit		08:30 Yoga meets Pilates 75 Min Marit	
09:15 Body fit 60 Min Marit	09:00 Yoga meets Pilates 60 Min Marit	09:45 Yoga Basic 75 Min Ilaria	09:00 Yoga 1-2 75 Min Ilaria		Specials mit Anmeldung:
10:30 Rückentraining Herren 60+ 60 Min Marit	11:15 Yoga 60+ 60 Min Nina	11:15 WS-Gymnastik 60+ 60 Min Marit	10:45 Pilates 60+ 60 Min Marit		SO 3.11.19 10:00 Faszien Yoga 90 Min
17:15 Pilates 60 Min Marit	17:30 Pilates 60 Min Marit		17:30 Faszien Pilates 60 Min Marit		SO 17.11.19 10:00 Yoga & Sitar 120 Min
18:30 Pilates 60 Min Marit	18:45 bodyART 60 Min Susie	18:30 Pilates /deepWORK 60 Min Nina / Petra wöchentlicher Wechsel siehe Aushang	18:45 Yoga meets Pilates für SIE und IHN 60 Min Marit	18:00 Yoga & Meditation 90 Min wechselnde Trainerinnen siehe Aushang	
19.45 Vinyasa Yoga 1-2 75 Min Christine	20:00 Yoga 1-2 75 Min Stefanie	19:45 Yin Yoga 75 Min Tamara	20:00 Yoga 1 75 Min Susi		Änderungen vorbehalten Probestunde ohne Vor Anmeldung