

Kursplan ab Montag, 8.1.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	Sonnengrüße und Variationen offene Stunde				
9.30 – 10.30 Funktional Workout offene Stunde	9.15 – 10.30 Yoga.1 offene Stunde		9.00 -10.15 Yoga.1 offene Stunde	9.15 – 10.30 Yoga.1 offene Stunde	9.00 – 10.15 Laufkurse A/M/F Mit Anmeldung
10.45 – 12.00 Yoga.2 offene Stunde	10.45 – 12.00 Yoga sanft offene Stunde		10.30 – 11.45 Yoga.2 offene Stunde	10.45 – 12.00 Yoga sanft offene Stunde	10.45 – 11.45 Power Yoga 1-3 offene Stunde
	17.00 – 18-00 Firmenfitness Geschlossener Kurs	16.45 – 17.45 Yoga für Junge Leute von 16 – 19 Jahre mit Anmeldung	17.00 – 18-00 Firmenfitness Geschlossener Kurs		
18.00 – 19.15 Yoga.2 offene Stunde	18.15 – 19.15 Funktional Workout offene Stunde	18.00 – 19.15 Yoga.2 offene Stunde	18.15 – 19.15 Funktional Workout offene Stunde	18.00 – 19.15 Yoga.1 offene Stunde	
19.30 – 20.45 Yoga.1 offene Stunde	19.30 – 20.45 Yoga.2 offene Stunde	19.30 – 20.45 Yoga.1 offene Stunde	19.30 – 21.00 Laufen + Yoga mit Anmeldung		

Offene Stunden mit Abo oder 10er Karte; geschlossener Kurs mit Anmeldung; A-Anfänger, M – Mittelstufe; F-Fortgeschrittene