

KURSPLAN 2. QUARTAL 2025

Montag	08:30 Uhr	Yoga
31.03.-23.06.2025	09:30 Uhr	Yoga
10 Termine		
21.04., 19.05. und		
09.06. fällt aus	17:30 Uhr	Pilates
	18:30 Uhr	Aerial Yoga
	19:30 Uhr	Bodystyling
	20:30 Uhr	EMS- Corefit

je 10 Termine
Feiertage
sind
berücksichtigt

Dienstag	08:30 Uhr	Funktionstraining
01.04.-17.06.2025	09:00 Uhr	Funktionstraining
10 Termine	09:30 Uhr	Yoga
22.04. und 20.05. fällt aus	16:20 Uhr	Yin-Yoga
	17:20 Uhr	Jumping-Fitness
	18:20 Uhr	Rückenkraft/Wirbelsäulengymnastik

Mittwoch	09:30 Uhr	Yogalates
02.04.-18.06.2025	17:30 Uhr	EMS- Corefit
10 Termine	18:00 Uhr	Yogalates
23.04. und 20.05. fällt aus	19:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik / Rückenkraft
	19:50 Uhr	TRX-Bungee-Mix

Donnerstag	09:30 Uhr	Aerial Yoga
03.04.-26.06.2025	17:30 Uhr	Yoga
10 Termine	18:30 Uhr	Bodystyling
24.04., 01.05. und	19:30 Uhr	Aerial Yoga
29.05. fällt aus		

Freitag	09:30 Uhr	Buggy-Fitness mit Baby
21.03.-13.06.2025		mit Ina am Haselünner See
10 Termine		
02.05. und 30.05. fällt aus		