

Montag


Dienstag


Mittwoch


Donnerstag

Freitag

Legende

 = vor Ort, drinnen

 = online

 = vor Ort, draußen

08.15 – 09.00

FGKT 

nicht am 04.04.

April 2023

(gültig vom 03.04. bis einschließlich 28.04.2023)

08.00 – 08.45
Guten Morgen

NEU Yoga 
ab 06.04.

07.45 – 08.30
Functional

NEU Yoga 
ab 21.04


09.15 – 10.00


 Dehnen & Entspannen 
nicht am 04.04.

09.30 – 10.30

 Faszien-Pilates
nicht am 12.04.

! 08.45 – 09.30

Dehnen & Entspannen 
nicht am 07. & 14.04.

18.00 – 19.00
Wirbelsäulen-
training 



17.00 – 18.00

NEU FGKT 
ab 19.04.

17.45-18.45


FGKT
-Zirkel- 
nicht am 13.04.



17.00 – 18.00

 Pilates 
nicht am 07. & 21.04.

18.30 – 19.45

Hatha Yoga 
nicht am 03. & 10.04.

19.15 – 20.15

04.04. = FGKT 

NEU ab 18.04: 
Outdoor Training

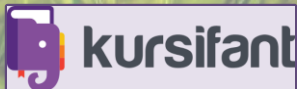
18.00 – 19.15

Vinyasa
Yoga 

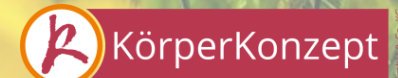
19.00-20.00

 FGKT
nicht am 13.04.

FGKT = Funktionelles Ganzkörpertraining



Anmeldungen bitte über die KURSIFANT-App!



Therapie & Training