

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Februar
2024

(gültig vom 05.02. bis
einschließlich 02.03.2024)



08.15 – 09.00

FGKT 



08.00 – 08.45

Guten Morgen

Yoga 

07.45 – 08.30

Yogilates 



09.15 – 10.00

 Dehnen & 
Entspannen

09.30 – 10.30

 Faszien-
Pilates

nicht am 07.+14.02.

08.45 – 09.30

Dehnen & 
Entspannen



18.00 – 19.00

 Wirbelsäulen-
training 

18.00 – 19.15

Vinyasa
Yoga 

17.45-18.45

FGKT 
-Zirkel-

nicht am 08.02.

17.00 – 18.00

Pilates 

nur am 16. & 23.02.

18.30 – 19.45

 Hatha Yoga 
nicht am 05.02.

19.15 – 20.15

FGKT 



19.00 – 20.00

Faszien-
Pilates 

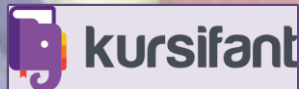
nicht am 08.02.



Legende

-  = vor Ort, drinnen
-  = online

FGKT = Funktionelles Ganzkörpertraining



Anmeldungen bitte über die KURSIFANT-App!



Therapie & Training