

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



08.15 – 09.00
FGKT



08.00 – 08.45
Guten Morgen
Yoga
nicht am 07.03.

08.00 – 08.45
Yogilates
nichth am 08. & 29.03.

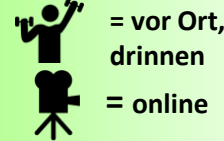
März
2024

(gültig vom 04.03. bis
einschließlich 31.03.2024)

09.15 – 10.00
Dehnen & Entspannen

09.30 – 10.30
Faszien-
Pilates

Legende



08.45 – 09.15
Yoga
Stretch
nicht am 08. & 29.03.

18.00 – 19.00
Wirbelsäulen-
training

18.00 – 19.15
Vinyasa
Yoga
nicht am 06.03.

17.45-18.45
FGKT
-Zirkel-

17.00 – 18.00
nur am 08.03.:
Pilates

FGKT = Funktionelles
Ganzkörpertraining

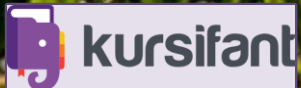
nur am 22.03.:

Step-Fit

18.30 – 19.45
Hatha Yoga
nicht am 18.03.

19.15 – 20.15
FGKT

19.00 – 20.00
Faszien-
Pilates



Anmeldungen bitte über die KURSIFANT-App!

