



Buchungen nur noch über die Homepage möglich, egal ob Rechnung, AOK oder wellpass.

Platz nur nach verbindlicher Anmeldung : [www.studio-bewegung-energie.de/kursbuchung](http://www.studio-bewegung-energie.de/kursbuchung)

## 2. Quartal 2024 - Sommerferien

### An Feiertagen finden keine Kurse statt.

Montag	08:30 - 09:30 Uhr	Yoga
	09:30 - 10:30 Uhr	Yoga
	17:00 – 18:00 Uhr	Pilates
	18:00 – 18:45 Uhr	Dein Weg zur Wohlfühlfigur mit Ines & Ina
	19:00 – 20:00 Uhr	Jumping-Fitness
	20:00 - 20:50 Uhr	Bodystyling-Mix
Dienstag	09:00 – 09:30 Uhr	Funktionstraining
	09:30 – 10:30 Uhr	Yoga
	16:20 – 17:20 Uhr	Yoga
	17:20 – 18:20 Uhr	Jumping-Fitness
	18:20 – 19:10 Uhr	Rückenkraft
Mittwoch	09:30 – 10:30 Uhr	Jumping-Fitness
	17:20 – 18 :20 Uhr	Autogenes Training
	18:20 – 19:20 Uhr	Rücken-Yoga
	19:20 – 20:20 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
Donnerstag	09:30 – 10:30 Uhr	Aerial Yoga
	16:30 – 17:30 Uhr	Hula Hoop mit Susanne
	17:30 – 18:30 Uhr	Yoga
	18:30 – 19:30 Uhr	Bodystyling
	19:30 – 20:30 Uhr	Aerial Yoga
Freitag	09:30 – 10:30 Uhr	Kinderwagen/Buggy Mamifit mit Ina & Baby (am Haselünner See)
	09:00 – 10:00 Uhr	Yogalates – Yoga trifft Pilates
	18:00-19:00 Uhr	Überraschkurse und Workshops