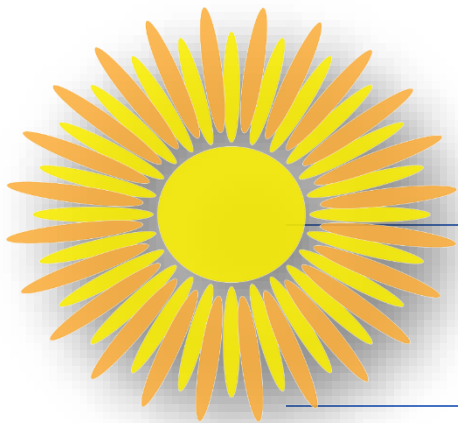




Kursplan

Alle Kurse finden in Bawinkel, Osterbrocker Str. 6 statt.

Montag	08:30 - 09:30 Uhr	Yoga
	09:40 - 10:40 Uhr	Yoga
Dienstag	09:00 – 09:30 Uhr	Funktionstraining
	09:30 – 10:30 Uhr	Yoga
	16:20 – 17:20 Uhr	Yoga
Mittwoch	09:30-10:30 Uhr	Frauenpower*
	16:45 – 17:15 Uhr	Funktionstraining
	17:20 – 18:20 Uhr	Functional Bodyshaping Yoga (TRX & Tuch)
	20:00 – 21.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik* *(Präventionskurs)
Donnerstag	09:00 - 09:30 Uhr	Funktionstraining
	17:45 – 18:15 Uhr	Funktionstraining
	18:20 – 19:20 Uhr	Yoga (Auch Online)
	19:30 – 20:30 Uhr	Functional Bodyshaping Yoga (TRX & Tuch)
Freitag	18:30-20:00 Uhr	Aerial Yoga (Sondertermine)

Anmeldung zu den Kursen unter



01783407319