

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



08.15 – 09.00
FGKT

Mai 2023
(gültig vom 01.05. bis einschließlich 02.06.2023)

08.00 – 08.45
Guten Morgen
Yoga
nicht am 18.05.

07.45 – 08.30
Functional
Yoga
nicht am 19.05.

Legende

= vor Ort, drinnen

= online

= vor Ort, draußen

09.15 – 10.00
 Dehnen & Entspannen

09.30 – 10.30
 Faszien-Pilates



08.45 – 09.30
Dehnen & Entspannen

18.00 – 19.00
 Wirbelsäulen-training

17.00 – 18.00
FGKT

17.45-18.45
FGKT
-Zirkel-
nicht am 18.05.

17.00 – 18.00
Yoga
in der Natur
nur am 26.05.



18.30 – 19.45
 Hatha Yoga
nicht am 01. & 29.05.

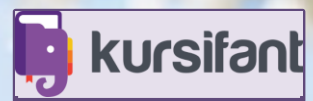
19.15 – 20.15
Outdoor
Training

18.00 – 19.15
Vinyasa
Yoga
nicht am 10.05.

19.00-20.00
 FGKT
nicht am 18.05.



FGKT = Funktionelles Ganzkörpertraining



Anmeldungen bitte über die KURSIFANT-App!

