

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Wir wünschen Euch ein gesundes neues Jahr!



Januar 2024

(gültig vom 02.01. bis einschließlich 03.02.2024)

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 03.01.

Legende
 = vor Ort, drinnen
 = online

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 04.01.

17.00 – 18.00
nur am 05.01.:
Pilates
nur am 19.01.:
Step-Fit

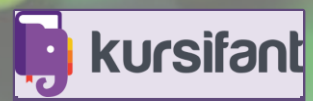
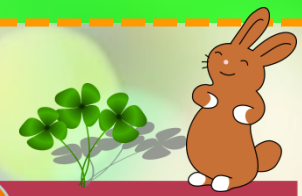
18.30 – 19.45
Hatha Yoga
nicht am 01.01.

19.15 – 20.15
FGKT
nicht am 02.01.



FGKT = Funktionelles Ganzkörpertraining

19.00 – 20.00
Faszien-Pilates
nicht am 04.01.



Anmeldungen bitte über die KURSIFANT-App!

