

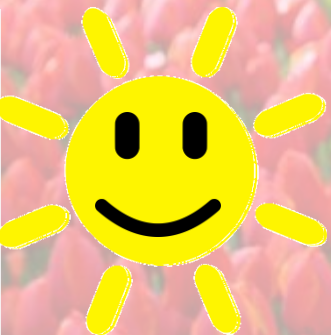
Montag


Dienstag


Mittwoch

Donnerstag

Freitag





08.15 – 09.00
FGKT 

08.05 – 08.50
Achtsamkeits
Yoga 

April
2025


(gültig vom 31.03. bis
einschließlich 25.04.2025)


09.15 – 10.00
 Dehnen & 
Entspannen


09.30 – 10.30
 Faszien-
Pilates





Legende

 = vor Ort,
drinnen


 = online

 = vor Ort,
draußen





18.00 – 19.00
 Wirbelsäulen-
training 



17.45-18.45
FGKT 
-Zirkel-

17.00 – 18.00
Pilates 
nicht am 18.04.

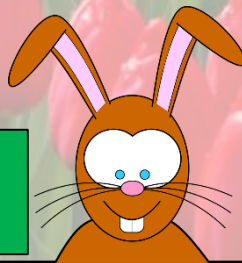
18.30 – 19.45
 Hatha Yoga 
nicht am 21.04.


19.15 – 20.15
FGKT 



ab dem 22.04.

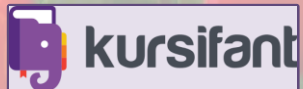
Outdoor Training



19.00 – 20.00
Wirbelsäulen-
training 
nicht am 17.04.



FGKT = Funktionelles
Ganzkörpertraining



Anmeldungen bitte über die KURSIFANT-App!

