August 2025

(gültig vom 04.08. bis einschließlich 30.08.2025)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	08.15 – 09.00 FGKT		08.05 – 08.50 Achtsamkeits Yoga	
	09.15 – 10.00 Dehnen & Entspannen	09.30 – 10.30 Faszien-Pilates nicht am 27.08.		
	18.00 – 19.00 Wirbelsäulen-training		17.45-18.45 FGKT -Zirkel-	17.00 – 18.00 Pilates nicht am 08. & 29.08.
18.30 – 19.45 Hatha Yoga	19.15 – 20.15 Outdoor Training		19.00 – 20.00 Wirbelsäulen-training	

Legende

= vor Ort, drinnen

= online

= vor Ort, draußen

FGKT = Funktionelles Ganzkörpertraining

kursifant

Anmeldungen bitte über die **KURSIFANT-App!**

KörperKonzept Therapie & Training