

# Stundenplan

Sommer 2019

<b>MONTAG</b>	14.00 – 15.00	Fit im Alter
	18.30 – 19.30	Pilates
	19.45 – 21.00	Yin Yoga
<b>DIENSTAG</b>	08.30 – 10.00	Hatha Yoga
	18.00 – 19.00	Pilates
	19.15 – 20.30	Hatha Yoga
<b>MITTWOCH</b>	08.30 – 09.30	Yoga & Pilates Slings (Outdoor*)
	18.15 – 19.15	Yoga & Pilates Slings
	19.30 – 20.30	Pilates
<b>DONNERSTAG</b>	14.00 – 15.00	Fit im Alter
	18.00 – 19.00	Pilates
	19.15 – 20.15	Aerial Flow
<b>FREITAG</b>	08.30 – 09.30	Pilates
	09.45 – 11.00	Hatha Yoga

\* vom 3. Juli bis 28. August 2019 bei schönem Wetter (Siehe Info's auf der Webseite)

Für Personaltrainings fragen Sie unverbindlich an.