

# Offene Kurse

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9:00 Uhr	Frischluft Fitness	Zumba		Geburtsvorbereitendes Yoga <i>auch online</i>		Frischluft Kraft und Fitness um 9 Uhr Frischluft Kraft und Fitness um 9 Uhr
10:30 Uhr					Frischluft Pilates und Fitness Frischluft Pilates und Fitness	Yoga am Morgen um 9:30 Uhr
11:00 Uhr						Powerhoop Hula Hoop Workout
15:30 Uhr			Fitness Geräte-Zirkel Fitness-Geräte-Zirkel Fitness-Geräte-Zirkel			
16:30 Uhr			Freies Gerätetraining Freies Gerätetraining Freies Gerätetraining			
18:00 Uhr	Jumping Fitness	Yoga mit Babybauch <i>auch online</i>	Pilates <i>auch online</i>		Vinyasa Yoga	
19:30 Uhr		Yoga am Abend <i>auch online</i>				

Pinke Kurse: mit Baby/Kleinkind/Kind Goldene Kurse: für Schwangere Graue Kurse: Nur Für Dich  
Angaben ohne Gewähr, Anmeldungen über unsere Buchungsapp.

