

Kursplan

MONTAG 08:00 - 17:45 Uhr Wellengang individuell
09:15 - 10:15 Uhr Rehasport mit Theres
09:30 - 10:15 Uhr Pilates (Yogaraum)
10:30 - 11:30 Uhr Rehasport mit Theres
10:15 - 11:00 Uhr Pilates (Yogaraum)
11:45 - 12:45 Uhr Rehasport mit Theres
18:00 - 19:00 Uhr Feldenkrais (Yogaraum)
18:00 - 19:00 Uhr Rehasport mit Theres
19:15 - 20:15 Uhr Rehasport mit Theres

DIENSTAG 08:00 - 17:45 Uhr Wellengang individuell
10:45 - 11:45 Uhr Rehasport mit Theres
12:00 - 13:00 Uhr Rehasport mit Theres
16:30 - 17:30 Uhr Rehasport mit Theres
18:00 - 19:30 Uhr Yoga mit Rosemarie - Mittelstufe 1
19:45 - 21:15 Uhr Yoga mit Rosemarie - Mittelstufe 2

MITTWOCH 07:30 - 09:00 Uhr Yoga mit Rosemarie - Mittelstufe 3
09:00 - 17:00 Uhr Wellengang individuell
17:15 - 18:45 Uhr Yoga mit Rosemarie - Anfänger

DONNERSTAG 08:00 - 18:15 Uhr Wellengang individuell
12:15 - 12:45 Uhr Funktionssport
18:30 - 19:30 Uhr Kraftvoll Yoga mit Georg

FREITAG 08:00 - 17:00 Uhr Wellengang individuell
09:00 - 10:00 Uhr Feldenkrais (Yogaraum)
15:00 - 15:45 Uhr Pilates (Yogaraum)
16:30 - 17:15 Uhr Pilates (Yogaraum)