

Kursplan

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00					
30					
09:00					Autogenes Training
30	Kundalini Yoga				Nicolette Son
10:00	Dagmar Rosa Appel			Seniorengym	60-90 min
30	90 min			Frau Gumbert	Tel.01774946128
11:00	Tel.015233547313			069-602510	Kundalini Yoga
30					Juliane
12:00					90 min
30	Progressive				eigener Kurs
13:00	Muskelentspannung				
30	90min				
14:00	Nicolette Son				
30	Tel.01774946128				
15:00			Ruhe verleiht Flügel		
30			1. - 4. Klasse		
16:00			Nicolette Son		
30			Tel.01774946128		
17:00				Pilates Yoga	Rückenschule
30	Yoga Einsteiger		Yoga Anfänger &	Christine West 60 min	Katja Modery 60 min
18:00	Dagmar Sauer		Fortgeschrittene		
30	90 min		Dagmar Sauer 90 min		
19:00	Tel.01795936982	Beckenbodenkurs	Tel.01795936982		
30	Kundalini Yoga	Heidi Völp	Rückenschule	Kundalini Yoga	
20:00	Dagmar Rosa Appel	60 min	Katja Modery 60 min	Dagmar Rosa Appel	
30	90 min	eigener Kurs	17645714670	90 min	

