



www.mehrleben.biz

KURSPLAN ab 16.September 2020

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10:00-10:50 PILATES HANNA	09:00-09:55 WOHLFÜHL- GYMNASTIK ULI	10:00-10:50 PILATES KATHARINA		09:30-10:30 FASZIEN TRAINING SABINE	09:30-10:00 BAUCH- BURNER Mitarbeiter Känguru	
	10:05-11:00 WOHLFÜHL- GYMNASTIK ULI					10:00-11:00 EASY- DANCE Susanne
18:45-19:45 YOGA Stephanie	18:00-19:00 QIGONG ULI	18:30-19:30 YOGA VINYASA FLOW Angela	18:00-19:00 YOGA Beginner Susanne	19:00-20:00 INDOOR CYCLING MORGANE		
		19:45-20:45 INDOOR CYCLING MORGANE				

KÖRPER, GEIST UND SEELE

PRÄVENTIONSKURSE

AUSDAUERBETONTER KURS

KRAFTBETONTER KURS

DEHNUNGEN UND BEWEGLICHKEIT