

Wochenplaner feste Kurse

Montag

Flow & Relax Yoga
19:45 - 21:00
Andrea

Dienstag

Lieblingsfach
achtsame Glücks-AG
Grundschule
15:30 - 17:00
Ann

Mittwoch

Rückbildung nach
der
Schwangerschaft
9:30 - 11:00
Susi

Ganzkörper Energie
Training mit Fokus
auf BB und
Körpermitte
12:15 - 13:15
Susi

Yoga mit
Beckenbodenfokus
16:45 - 18:00
Steffi

Yoga für
Schwangere
18:15- 19:30
Steffi

Donnerstag

Baby&Elternkurs
Staffeln 1 bis 3
9:30 - 11:00
Jenny

Baby&Elternkurs
Staffeln 1 bis 3
13:00 - 14:30
Jenny

Freitag

Yoga
08:30 - 10:00
Anja

Babymassage
10:30 - 11:45
Ann

Samstag

Papa-Treff/Eltern-
Treff/Schwangeren-
Treff (wechselnd)