

KURSÜBERSICHT



VORMITTAG

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		06.00 - 07.30 Kundalini Yoga Tanja Freyer		
		▼ NEU AB SEPTEMBER		
	09.00 - 10.00 Qigong Cornelia Hägele-Selck	09.00 - 10.00 Rückbildungs-Pilates Natalie Gutschmidt		09.30 - 11.00 Qigong Sigrid Revault-Braun
		10.30 - 12.00 Yoga Offene Gruppe Birgit Breves	10.30 - 12.00 Yoga Offene Gruppe Birgit Breves	



NACHMITTAG

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

18.00 - 19.15
T'ai Chi Anfänger
Sigrid Revault-Braun

19.30 - 20.45
T'ai Chi Anfänger
mit Vorkenntnissen
Sigrid Revault-Braun

17.20 - 18.20
Qigong
Cornelia Hägele-Selck

20.00 - 21.30
Qigong
Sigrid Revault-Braun

17.00 - 18.30
Bauchtanz
Sarinah

19.30 - 21.00
Qigong
Sigrid Revault-Braun

17.45 - 19.00
Kundalini Yoga
Stephanie Elster

19.30 - 20.45
T'ai Chi Fortgeschrittene
Sigrid Revault-Braun

15.15 - 16.15
Dehn dich frei
Mit Engpassdehnungen
nach Liebscher&Bracht
Barbara Peter

16.30 - 17.30
Dehn dich frei
Mit Engpassdehnungen
nach Liebscher&Bracht
Barbara Peter

18.00 - 19.30
Reserviert