

Montag 16.11.2020	Dienstag 17.11.2020	Mittwoch 18.11.2020	Donnerstag 19.11.2020	Freitag 20.11.2020	Samstag 21.11.2020	Sonntag 22.11.2020
Bodylates 09:30 - 10:20 mit Tina	1 Workout-Flow 09:00 - 09:50 mit Lena	1 Qigong (Basic) 08:00 - 08:50 mit Johannes	1 Hatha-Yoga 09:00 - 10:20 mit Matthias	1 Rücken-/Faszienmix 09:30 - 10:20 mit Lena	1 Vinyasa Yoga (Level 1) 10:00 - 11:20 mit Atieh	1 Bodyforming 10:00 - 10:50 mit Tina
Wirbelsäulen- gymnastik 10:30 - 11:25 mit Tina	1 Dance 10:00 - 11:10 mit Ray	1 Wirbelsäulen- gymnastik 09:00 - 09:55 mit Lena	1 Wirbelsäulen- gymnastik 10:30 - 11:25 mit Dana	1 Pilates 10:30-11:20 mit Matthias	1 Vinyasa Yoga (Level 2) 11:30 - 12:50 mit Janet	1 Functional Training 11:00 - 11:50 Sascha
Vinyasa Yoga 17:30 - 18:50 mit Atieh	1 Pilates + Stretch 11:15 - 12:10 mit Ray	1 Zumba 17:45 - 18:45 mit Irina	1 Qigong 17:30 - 18:20 mit Johannes	1 Gelenktraining 11:30-12:25 mit Matthias	1 Cardio - Workout 13:00 - 13:50 mit Matthias	1 Dance 12:00 - 12:50 Sascha
Rückenworkout 19:00 - 19:55 mit Dana	1 Yin - Yoga 17:30 - 18:20 mit Janet	1 Vinyasa Yoga (Level 1) 19:00 - 20:25 mit Elisabeth	1 Workout-Flow 18:30 - 19:25 mit Lena	1 Bodyforming 17:30 - 18:20 mit Matthias	1 Boxen 14:00 - 15:25 mit Jan	1
	Bodyforming 18:30 - 19:20 mit Claudia S.			1 Hatha-Yoga 18:30 - 19:55 mit Matthias		
	Hatha - Yoga 19:30 - 20:55 mit Janet					