



Bewegungsfreude im Februar

Alle Kurse im SternenlichtZentrum

*Änderungen vorbehalten

JAN
JUL

FEB
AUG

MÄR
SEP

APR
OKT

MAI
NOV

JUN
DEZ

MON	DIE	MIT	DON	FRE	SAM	SON
						01
02 Schlingentraining 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr	03 Schlingentraining 09:00 - 10:00 Uhr	04 Reformer Pilates 09:00 - 10:00 Uhr Kraft und Yoga 19:00 - 20:15 Uhr	05 Yoga 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr	06	07 Reformer Pilates 09:00 - 10:00 Uhr 10:30 - 11.30 Uhr	08
09	10 Reformer Pilates 18:15 - 19:15 Uhr 19:30 - 20:30 Uhr	11 Reformer Pilates 09:00 - 10:00 Uhr Kraft und Yoga 19:00 - 20:15 Uhr	12 Yoga 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr	13	14	15 Bewegungs Workshop 11:00 - 13:00 Uhr
16 Schlingentraining 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr	17 Schlingentraining 09:00 - 10:00 Uhr Reformer Pilates 18:15 - 19:15 Uhr 19:30 - 20:30 Uhr	18 Reformer Pilates 09:00 - 10:00 Uhr Kraft und Yoga 19:00 - 20:15 Uhr	19 Yoga 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr	20	21	22
23 Schlingentraining 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr	24 Schlingentraining 09:00 - 10:00 Uhr Reformer Pilates 18:15 - 19:15 Uhr 19:30 - 20:30 Uhr	25 Reformer Pilates 09:00 - 10:00 Uhr Kraft und Yoga 19:00 - 20:15 Uhr	26 Yoga 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr	27	28	01

Alle Matten-Trainings finden mit 5 - 8 Teilnehmern statt.
Reformer Pilates mit maximal 5 Teilnehmern.