

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

SAMSTAG

6:45
kraftvoll
Meditation

9:00
für Schwangere

10:45
Senioren yoga

10:30
für alle
Meditation /
Yoga Nidra

17:00
kraftvoll
Meditation /
Yoga Nidra

17:00
für alle
Fokus Atem

18:15
für alle
Meditation /
Yoga Nidra

18:30
kraftvoll
Meditation

18:30
für Schwangere

18:30
kraftvoll
Meditation

19:45
kraftvoll
Meditation

20:00
für alle
Meditation

20:00
für alle
Beckenboden &
Rumpf

20:00
Rückbildung
(10er-Kurs)