

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

**6:45**

kraftvoll Meditation  
*(findet aktuell  
nicht statt)*

**10:45**

Senioren yoga

**17:00**

kraftvoll  
Meditation /  
Yoga Nidra

**17:00**

für alle  
Meditation

**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)