

Kursplan

Einfach mal abschalten



Montag

-

10:30 - 11:30

Yoga

Julia

-

-

19:00 - 19:45

Wirbelsäulengymnastik

Josephin

Dienstag

-

10:30 - 11:15

Wirbelsäulengymnastik

Eun Young

-

18:00 - 19:00

Yoga

Julia

19:15 - 20:00

Achtsamkeitstraining

Dalina

Mittwoch

-

-

-

18:30 - 19:15

Wirbelsäulengymnastik

Eun Young

-

Donnerstag

-

10:30 - 11:15

Wirbelsäulengymnastik

Josefin

-

18:30 - 19:15

Zumba

Rosane

-

Freitag

-

-

-

-

-