



Euer aktueller Kurs-Plan

Kalenderwoche 39: vom 19.09. bis 25.09.2022

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		08:30 - 09:30 Uhr NordicWalkingVital maxi (selbständig)		
<i>PilatesVital entfällt (Urlaub)</i>		<i>RückenVital entfällt</i>	<i>FaszienVital entfällt</i>	10:30 – 11:30 Uhr RückenVital maxi mit Sabine
<i>Gleichgewicht entfällt (Urlaub)</i>	10:00 - 10:45 Uhr Meditation midi mit Gudrun		11:00 - 12:00 Uhr Yoga maxi mit Sabine	
<i>FunctionalVital entfällt</i>	18:45 – 19:30 Uhr RückenVital midi mit Sabine	18:30 – 19:15 Uhr PilatesVital midi mit Sabine	<i>RückenVital entfällt</i>	
19:45 - 20:30 Uhr IndoorCyclingVital midi in Eigenregie		19:30 – 20:15 Uhr Bewegte Faszien mit Sabine	19:00 - 20:00 Uhr IndoorCyclingVital maxi in Eigenregie	