



# Bewegungsfreude im April

## Alle Kurse im SternenlichtZentrum

\*Änderungen vorbehalten

JAN  
JUL

FEB  
AUG

MÄR  
SEP

**APR**  
OKT

MAI  
NOV

JUN  
DEZ

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

|                                                                                                                |                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                          |                                                                                                               |                                                                      |                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                |                                                                                                                       | <b>Reformer Pilates</b> 1<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br><b>Kraft und Yoga</b><br>19:00 - 20:15 Uhr  | <b>Yoga</b> 2<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br><b>Reformer Pilates</b><br>17:30 - 18:30 Uhr                   | <b>Karfreitag</b> 3<br><b>Reformer Pilates</b><br>09:00 - 10:00 Uhr<br>10:30 - 11:30 Uhr<br>12:00 - 13:00 Uhr | 4                                                                    | 5<br><br><b>Happy Easter!</b> |
| 6<br><br><b>Happy Easter!</b> | <b>Schlingentraining</b> 7<br>09:00 - 10:00 Uhr                                                                       | <b>Reformer Pilates</b> 8<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br><b>Kraft und Yoga</b><br>19:00 - 20:15 Uhr  | <b>Yoga</b> 9<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br>19:00 - 20:15 Uhr                                              | 10                                                                                                            | <b>Reformer Pilates</b> 11<br>09:00 - 10:00 Uhr<br>10:30 - 11:30 Uhr | 12                                                                                                               |
| <b>Schlingentraining</b> 13<br>18:15 - 19:15 Uhr<br><br><b>Sling und Kraft</b><br>19:30 - 20:30 Uhr            | <b>Schlingentraining</b> 14<br>09:00 - 10:00 Uhr                                                                      | <b>Reformer Pilates</b> 15<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br><b>Kraft und Yoga</b><br>19:00 - 20:15 Uhr | <b>Yoga</b> 16<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br>19:00 - 20:15 Uhr                                             | 17                                                                                                            | <b>Reformer Pilates</b> 18<br>09:00 - 10:00 Uhr<br>10:30 - 11:30 Uhr | 19                                                                                                               |
| <b>Schlingentraining</b> 20<br>18:15 - 19:15 Uhr<br><br><b>Sling und Kraft</b><br>19:30 - 20:30 Uhr            | <b>Schlingentraining</b> 21<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><b>Reformer Pilates</b><br>18:15 - 19:15 Uhr<br>19:30 - 20:30 Uhr | <b>Reformer Pilates</b> 22<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br><b>Kraft und Yoga</b><br>19:00 - 20:15 Uhr | <b>Yoga</b> 23<br>09:00 - 10:00 Uhr<br>19:00 - 20:15 Uhr<br><b>Reformer Pilates</b><br>17:30 - 18:30 Uhr | 24                                                                                                            | 25                                                                   | 26                                                                                                               |
| <b>Schlingentraining</b> 27<br>18:15 - 19:15 Uhr<br><br><b>Sling und Kraft</b><br>19:30 - 20:30 Uhr            | <b>Schlingentraining</b> 28<br>09:00 - 10:00 Uhr                                                                      | <b>Reformer Pilates</b> 29<br>09:00 - 10:00 Uhr<br><br><b>Kraft und Yoga</b><br>19:00 - 20:15 Uhr | <b>Yoga</b> 30<br>09:00 - 10:00 Uhr<br>19:00 - 20:15 Uhr<br><b>Reformer Pilates</b><br>17:30 - 18:30 Uhr |                                                                                                               |                                                                      |                                                                                                                  |

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