



Bewegungsfreude im November

Alle Kurse im SternenlichtZentrum

*Änderungen vorbehalten

JAN FEB MÄR APR MAI JUN
JUL AUG SEP OKT NOV DEZ

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
						1
Schlingentraining 2 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr	Schlingentraining 3 09:00 - 10:00 Uhr	Reformer Pilates 4 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:00 Uhr	Yoga 5 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr	6	Reformer Pilates 7 09:00 - 10:00 Uhr 10:15 - 11:15 Uhr	8
Schlingentraining 9 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr	Reformer Pilates 10 09:00 - 10:00 Uhr	Reformer Pilates 11 09:00 - 10:00 Uhr 17:45 - 18:45 Uhr 19:00 - 20:00 Uhr	Yoga 12 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr	13	14	15
Schlingentraining 16 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr	Reformer Pilates 17 09:00 - 10:00 Uhr	Reformer Pilates 18 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:00 Uhr	Yoga 19 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr	20	Reformer Pilates 21 09:00 - 10:00 Uhr 10:15 - 11:15 Uhr	22
Schlingentraining 23 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr	Reformer Pilates 24 09:00 - 10:00 Uhr	Reformer Pilates 25 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:00 Uhr	Yoga 26 09:00 - 10:00 Uhr 19:00 - 20:15 Uhr Reformer Pilates 17:30 - 18:30 Uhr	27	28	29
Schlingentraining 30 18:15 - 19:15 Uhr Sling und Kraft 19:30 - 20:30 Uhr				Alle Matten-Trainings finden mit 5 - 8 Teilnehmern statt. Reformer Pilates mit maximal 5 Teilnehmern.		