

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
<p>18.00 – 19.30 Uhr KREATIVES RÜCKENTRAINING</p>	<p>9.00 - 10.00 Uhr ATEM & BEWEGUNG</p> <p>18.00 – 19.30 Uhr PILATES II & MORE</p> <p>19.30 – 21.00 Uhr PILATES I & MORE</p>		<p>9.30 – 11.00 Uhr PILATES I & MORE</p> <p>18.00 – 19.30 Uhr KREATIVES RÜCKENTRAINING</p>	<p>9.00 – 10.00 Uhr PILATES & FRANKLIN BASIC</p> <p>SPECIALS: 17.00 – 19.00 UHR</p> <p>HAPPY FEET – ÜBUNGEN FÜR DIE FÜSSE</p> <p>PILATES MEETS FRANKLIN</p> <p>GELÖSTER NACKEN – ENTSPANNTE SCHULTERN</p> <p>BECKENBODEN-POWER</p>	<p>WORKSHOPS:</p> <p>TRAGER® KÖRPER-ARBEIT & MASSAGE: LOSLASSEN – ENTSPANNEN – GENIESSEN 14.30 – 18.30 Uhr</p> <p>KÖRPER – FREUDE – TANZ 14.00 – 17.00 Uhr</p> <p>„TANZE DEINE MITTE“ BEWEGUNGSGENUSS FÜR FRAUEN 14.00 – 17.00 Uhr</p>