

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Hatha Yoga mit Rita Duss 09:00–10:00 Uhr	Die lachende Wirbelsäule mit Sieglind Räz 08:30–09:45 Uhr	Pilates mit Pascale Töngi 08:45–09:45 Uhr	Pilates mit Pascale Töngi 07:50–08:50 Uhr	Pilates & TRX mit Sylvia Kallenbach 09:00–10:00 Uhr	
Hatha Yoga mit Rita Duss 10:15–11:15 Uhr	Allround- und Wirbelsäulentraining mit Sieglind Räz 17:00–19:00 Uhr	Pilates mit Pascale Töngi 10:00–11:00 Uhr	Power Yoga mit Pascale Töngi 09:00–10:00 Uhr	Dein Rückbildungskurs mit Sylvia Kallenbach 10:15–11:15 Uhr	

Falls nicht anders markiert, sind die Kurse für Erwachsene