

DER KRAFTPLATZ



	SONNTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
7:30			Morgen-Yoga Der Kraftplatz		Morgen-Yoga Der Kraftplatz	
8:00						
8:30						
9:00		Yoga der Achtsamkeit mit Ursula		Yoga 75 min mit Nina		Soft-Yoga Der Kraftplatz
9:30						
10:00						
10:30		Qi-Gong 10:45 mit Snezana - 12:00				
11:00						
11:30						
12:00						
12:30						
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						Soft - Yoga Der Kraftplatz
15:00		Soft - Yoga Der Kraftplatz		Soft-Yoga Der Kraftplatz		
15:30						
16:00		Anfänger-Yoga 16:15 Der Kraftplatz -17:45				
16:30						
17:00			Basic-Yoga Der Kraftplatz	Fortgeschrittenen - Yoga Der Kraftplatz	Basic-Yoga Der Kraftplatz	
17:30						
18:00		Pilates mit Birgit				
18:30	Yoga am Sonntag		Geführte 18:30 Meditation - 19:15	Fortgeschrittenen - Yoga Der Kraftplatz		
19:00					Yoga mit Stefan	
19:30		Pilates mit Birgit	Yoga mit Stefan	Qi-Gong 75 min mit Snezana		
20:00						
20:30						
21:00						