

Woche 3 Mai Online/Zoom und Live Kurse

| Montag 13.05. | Dienstag 14.05. | Mittwoch 15.05. | Donnerstag 16.05. | Freitag 17.05. | Samstag 18.05. | Sonntag 19.05. |
|----------------------------------|---|---|-----------------------------------|----------------------------------|---|----------------------------------|
| 09:15-10:10 Pilates Ariane | | 09.00-10:00 YogiLates Miriam | | 09.00-10:00 Pilates Miriam | 10:30-11:30 Yoga Vasanthha | 10.30-11:30 Pilates Miriam |
| 10:30-11:30 Pilates Ariane | 10.15-11:15 Pilates mit Baby Miriam | 10.30-11:30 Rückenfit Miriam | | 10.30-11:30 Pilates Miriam | 10.30-11:30 Pilates mit langer Faszienrolle Miriam | 10.30-11:30 Pilates Simone |
| | | | | | | |
| 17.30-18:30 Rückenfit Anne | | | | | | |
| 17.30-18:30 Pilates Miriam | 17.30-18:30 Rückenfit Natalie | 18.15-19:15 Pilates Ariane | | | | |
| 19.00-20:00 Pilates Miriam | 19:00 - 20:00 Cardio Pilates Miriam | 18.15-19:15 Fitness Frauen Christiane | 18.00-19:00 YogiLates Helen | | Bei allen hellgrünen Zoomkursen gibt es 5 Plätze vor Ort. Bitte anmelden!!! Für die gelb unterlegten Kurse bitte auch anmelden! | |
| 19.00-20:00 Pilates Ewa | 19.00-20:00 Yoga Helen | | 19.30-20:30 Pilates Miriam | | | |

schwarz- nur Zoom

hellgrün- Zoom + Teilnahme vor Ort 5 Plätze

orange-live vor Ort! 16 Plätze