

Woche 4 Juli Online/Zoom und Live Kurse

Montag 22.07.	Dienstag 23.07.	Mittwoch 24.07.	Donnerstag 25.07.	Freitag 26.07.	Samstag 27.07.	Sonntag 28.07.
09.15-10:10 Pilates Miriam		09.00-10:00 YogiLates Miriam		09.00-09:45 Pilates Ewa	10.30-11:30 Yoga Vasantha	10.30-11:30 Pilates Miriam
10.30-11:30 Pilates Miriam	10.15-11:15 Pilates mit Kind Miriam	10.30-11:30 Rückenfit Christiane		10.30-11:30 Pilates Christiane	10.30-11:30 Pilates mit der langen Faszienrolle Jana	10.30-11:30 Pilates Ariane
17.30-18:30 Pilates Ariane	17.30-18:30 Rückenfit Natalie	18.15-19:15 Pilates Rolle Ariane				
19.00-20:00 Pilates Miriam	19:00 - 20:00 Cardio Pilates Miriam	18.15-19:15 Pilates Julia	18.30-19:15 YogiLates Miriam		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 Ariane			

schwarz- nur Zoom

hellgrün-Zoom + Teilnahme vor Ort 5 Plätze

orange-live vor Ort! 16 Plätze