

## Woche 5 Juli Online/Zoom und Live Kurse

Montag 29.07.	Dienstag 30.07.	Mittwoch 31.07.	Donnerstag 01.08.	Freitag 02.08.	Samstag 03.08.	Sonntag 04.08.
09.15-10:10 YogiLates Miriam				09.00-10:00 Pilates Miriam	10.30-11:30 Yoga Vasantha	10.30-11:30 Pilates Verena
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 Julia
17.30-18:30 Pilates Monika	17.30-18:30 Rückenfit Natalie	18.15-19:15 YogiLates Miriam				
19.00-20:00 Pilates Miriam	19:00 - 20:00 Cardio Pilates 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 Miriam			

**schwarz- nur Zoom**

**hellgrün-Zoom + Teilnahme vor Ort 5 Plätze**

**orange-live vor Ort! 16 Plätze**