

Montag

Zeit	Bewegungsraum 1	Bewegungsraum 2	Bewegungsraum 3
08:00			
08:15			
08:30			
08:45			
09:00			
09:15			
09:30	PEKIP 3 - 5 Monate 09:30 - 11:00 Gabi	DG Herzsport 3 09:30 - 11:00 Susanne	DG Herzsport 3 09:30 - 11:00 Susanne
09:45			
10:00			
10:15			
10:30			
10:45			
11:00			
11:15	PEKIP 6 - 9 Monate 11:15 - 12:45 Gabi	DG Herzsport 5 11:00 - 12:30 Susanne	DG Herzsport 5 11:00 - 12:30 Susanne
11:30			
11:45			
12:00			
12:15			
12:30			
12:45		DG Herzsport 7 12:30 - 14:00 Susanne	DG Herzsport 7 12:30 - 14:00 Susanne
13:00			
13:15			
13:30			
13:45			
14:00			Beckenbodentraining 14:00 - 15:00 Annika
14:15			
14:30			
14:45			
15:00			
15:15			
15:30			
15:45			
16:00			
16:15		Qi Gong für Krebspatient:innen 16:15 - 17:15 Dorothea	
16:30			
16:45			
17:00			
17:15			
17:30	Hatha-Yoga für Schwangere 17:30 - 18:45 Patrizia	Qi Gong für Einsteiger 17:30 - 18:30 Dorothea	
17:45			
18:00			
18:15			
18:30			
18:45		DG Rücken gut, alles gut! 18:45 - 19:45 Sylke	
19:00			
19:15			
19:30			
19:45			
20:00	Autogenes Training 20:00 - 21:00 Patrizia	DG Kondi Pepp 20:00 - 21:00 Tabata	
20:15			
20:30			
20:45			
21:00			

