

Kursplan

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	So
		9-11 Uhr Rheuma Liga				
		11-11.45 Uhr Mobility	10-11.15 Uhr Yoga Fit in den Tag ab 01.07.	10-10.45 Uhr SPS		10-10.45 Uhr SPS
						11-11.45 Uhr Mobility
						11:30 Uhr Einführung SPS
						12-12.45 Uhr SPS
	17-17.45 Uhr Mobility	17.30-18.30 Uhr PhysioZeit	18-19 Uhr PhysioZeit			
	18-19.15 Uhr Vinyasa Yoga ab 01.07.	18.30.-19.45 Uhr Vinyasa Yoga ab 17.09.	19-19.45 Uhr Mobility 		18.30-19.15 Uhr SPS	
	19.30-20.30 Uhr Power Yoga ab 01.07.	20-21 Uhr Yin Yoga ab 17.09.		20-20.45 Uhr Mobility 		