



Trainingszeiten ab dem 12.09.2011

Änderungen vorbehalten

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:30-9:30 Yoga meets Pilates	8:00-9:15 Tai Chi	auf Anfrage 8:15-9:30 Qi Gong		8:00-9:15 Tai Chi	8:00-9:00 Kick Boxen	
	17:30-18:30 Tai Chi Teens ab 10 Jahre	15:00-16:00 Tai Chi Kids ab 5 Jahre		10:00-11:00 Pilates	9:00-12:30 Tai Chi Meisterschüler	10:30-11:30 Qi Gong
Autogenes Training 18:30-19:30	18:00-19:15 Tai Chi				ab 13:00 Freies Training im PARK Tai Chi / Qi Gong	
19:30-20:45 Tai Chi	18:30-19:45 Qi Gong	18:45-20:00 Tai Chi		17:15-18:30 Qi Gong		
Muskelentsp. nach Jacobsen 20:00-21:00	19:30-20:45 Tai Chi	20:00-21:15 Tai Chi Fortgeschr.	18:00-19:00 Tai Bo	18:30-19:45 Tai Chi Fortgeschr.		Privattraining & Workshops auf Anfrage
	19:45-20:45 Pilates		19:00-20:15 Tai Chi	19:45-20:45 Yoga meets Pilates		

 Präventionskurs ab dem 19.09.2011
krankenkassenbezuschungsfähig

 Ausbildung Wellnessmassage am 8.10.2011
Ausbildung RESET Kieferentspannung am 12.11.2011