

Unsere Kurse in der Übersicht

10 Termine 1x wöchentlich

| Uhrzeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|-----------|--------|-------------------|---------------------|-------------------|-------------------|
| 10.00 Uhr | | Vinyasa Flow Yoga | | | Vinyasa Flow Yoga |
| 10.30 Uhr | | | | Pilates | |
| 17.00 Uhr | | | Rückengymnastik | | |
| 18.00 Uhr | | | Rückengymnastik | Pilates | |
| 19.00 Uhr | Yoga | Pilates | Rückengymnastik | Pilates | |
| 20.15 Uhr | | Vinyasa Flow Yoga | Functional Training | Vinyasa Flow Yoga | |

Neuer Kursbeginn: Rückengymnastik 06.03.2019 um 17.00, 18.00 und 19.00 Uhr

Yoga 06.05.2019 um 19.00 Uhr

Pilates Di. 07.05.2019 um 19.00 Uhr

Pilates Do. 28.03.2019 um 10.30 Uhr / Do. 28.03.2019 um 19 Uhr / Do. 25.04.2019 um 18h

Functional Training (Einstieg jederzeit möglich)

Vinyasa Flow Yoga (Kursleiterin Jessica Schüssler/Anmeldung über www.jessicaschuessler.de)

Einige unserer Kurse werden von den Krankenkassen mit 80% bzw. max. 75 Euro bezuschusst. Dazu geben wir Ihnen gern persönlich Auskunft Tel.: 04101/8123047.

Die Kursgebühr für Yoga beträgt 135 € (90 Minuten), der Rückenkurs beträgt 144 € (12 x á 60 min), Pilateskurs beträgt 120 €, Functional Training beträgt 110 Euro (60 Minuten).