

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		
20.15 Uhr		Vinyasa Flow Yoga	Functional Training	Vinyasa Flow Yoga	

Neuer Kursbeginn: Rückengymnastik 14.11.2018 um 17.00, 18.00 und 19.00 Uhr

Yoga 29.10.2018 um 19.00 Uhr

Pilates Di. 27.11.2018 um 19.00 Uhr / Pilates Do. 15.11.2018 um 18.00 Uhr / Do. 18.10.2018 um 10.30 Uhr

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 132 € (12 x á 60 min), Pilates- u. Functional Training betragen 110 Euro (60 Minuten).