

# Unsere Kurse in der Übersicht

10 Termine 1x wöchentlich

*Aufgrund der aktuellen Situation finden zzt. leider keine Kurse statt*

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10.00 Uhr		Vinyasa Flow Yoga			Vinyasa Flow Yoga
10.30 Uhr				Pilates	
14:30 Uhr		Yoga für Kinder (4 – 6 Jahre)			
15:30 Uhr		Yoga für Kinder (7 – 10 Jahre)			
16:45 Uhr		Yoga für Kinder (11 – 16 Jahre)			
17.45 Uhr			Rückengymnastik		
18.00 Uhr		Pilates		Pilates	
18.45 Uhr			Rückengymnastik		
19.00 Uhr	Yoga	Pilates		Pilates	
20.15 Uhr		Vinyasa Flow Yoga	Functional Training	Vinyasa Flow Yoga	

**Neuer Kursbeginn:** Rückengymnastik Mi. um 17.45 und 18.45 Uhr  
Yoga Mo. um 19.00 Uhr  
Pilates Di. um 18.00 und um 19.00 Uhr  
Pilates Do. um 10.30 Uhr / Do. um 18.00 und um 19.00 Uhr  
Functional Training (Einstieg jederzeit möglich)  
Vinyasa Flow Yoga (Kursleiterin Jessica Schüssler/Anmeldung über [www.jessicaschuessler.de](http://www.jessicaschuessler.de))  
Yoga für Kinder (Kursleiterin Romy Müller/Anmeldung über [www.littlebuddha.yoga](http://www.littlebuddha.yoga))

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).