

KURSPLAN

Stand Februar 2025

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Qi Gong 09:30 – 10:30 Uhr Gudrun Kieselbach		Funktionelle Gymnastik 10:00 – 11:00 Uhr Lydia Nakhla		
Yoga (Rücken) 17:00 – 18:00 Uhr Sabine Kunz				
BBP (Bauch Beine Po) 18:15 – 19:15 Uhr Sabine Kunz				
Bodyfit 19:30 – 20:30 Uhr Marianne Schäfer	Yoga 19:00 – 20:00 Uhr Sabine Kunz	Qi Gong 18:30 – 19:30 Uhr Gudrun Kieselbach	Flexibar 19:00 – 20:00 Uhr Sabine Kunz	

Hinweis: Anmeldungen und Fragen zu den Kursen bitte direkt bei den jeweiligen Kursanbieterinnen