

Unsere Zoom- Kurse im November

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
11:00 - 12:00 Uhr Fitness mit Livia L.Bruhn@mfg-liviabruhn.de		11:00 - 12:00 Uhr Fitness mit Livia L.Bruhn@mfg-liviabruhn.de		11:00 - 12:00 Uhr Fitness mit Livia L.Bruhn@mfg-liviabruhn.de		11:00 - 12:00 Uhr Power Fitness mit Livia L.Bruhn@mfg-liviabruhn.de
		11:30 - 12:45 Uhr Feldenkrais mit Katrin feldenkrais@springherr.de		11:00 - 11:45 Uhr Yoga für Rücken und Gelenke mit Georgia zampakig@gmail.com		
15:30 - 16:10 Uhr, 16.11.20 Ballett mit Kirstin (7-8 J.) kirstin-bakker@t-online.de		15:15 - 16:05 Uhr, 18.11.20 Ballett 3. Gruppe (10-13 Jahre) kirstin-bakker@t-online.de			13:30 - 15:00 Uhr Vinyasa Yoga mit Sabine s.namaste@web.de	
16:15 - 16:55 Uhr, 16.11.20 Ballett mit Kirstin (9-10 J.) kirstin-bakker@t-online.de	16:15 - 16:35 Uhr, 17.11.20 Kinderturnen mit Yasmin laufyasmin@yahoo.de	16:20 - 17:10 Uhr, 18.11.20 Ballett 4. Gruppe (12-16 Jahre) kirstin-bakker@t-online.de		16:30 - 17:45 Uhr Rhythmische Sportgymnastik mit Karo kk.wochnik@web.de		
17:00 - 18:30 Uhr Vinyasa Yoga mit Sabine s.namaste@web.de	17:00 - 17:45 Uhr Pilates mit Georgia zampakig@gmail.com		17:30 - 19:00 Uhr Vinyasa Yoga mit Sabine s.namaste@web.de	17:30 - 18:30 Uhr Tabata Workout mit Biggi birgitabend2311@gmail.com		
18:00 - 19:30 Uhr Hatha Yoga mit Victoria Info@victoriahauke.de		18:00 - 19:00 Uhr Tabata Workout mit Biggi birgitabend2311@gmail.com	18:00 - 19:30 Uhr Hatha Yoga mit Victoria Info@victoriahauke.de			
18:30 - 19:30 Uhr Rückentraining mit Andrea a.p.kuhn@icloud.com		18:15 - 19:45 Uhr Kundalini Flow Happy Hormones katja@spiritrisingyoga.de				