



Vitalcenter am Leuchtturm
 Wiesenstraße 50
KURSPLAN



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
					10.30 Fit ins Wochenende Sport Kurs 60 min. Yoga 75 min
					5.1.2019 BodyArt
					12.01.2019 BodyArt
					19.01.2019 Yoga Level 1-2
		15:00 - 16:15 Yoga für Schwangere* (27. - 40. SSW)			26.1.2019 Yoga Level 1-2
	17:30 - 18:30 Workout	16:30 - 17:45 Hatha Yoga	16:30 - 17:45 Weight loss Yoga	16:30 - 17:45 Yoga Workout	
	18:30 - 19:30 Intervall/Bauch Spezial	18:00 - 19:15 Yoga für Anfänger	18:00 - 19:15 Hatha Yoga	18:00 - 19:15 Yoga für Schwangere* (14. - 26. SSW)	

Hinweis:

Wir bitten um vorherige **Anmeldung** im Vitalcenter unter Telefon 04561/6134630
 Personal Training kann separat unter der Nummer gebucht werden.

*** die Schwangeren Yoga Kurse finden ab Januar 2019 statt.**