




Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:30		MOVE MAMA Outdoor Fitness mit/ ohne Baby Drop-In*	MOVE YOUR BABY Krabbelgruppe (3-6 Monate)	MOVE MAMA Moderne Rückbildungs-gymnastik (Level 1) (mit/ ohne Baby)	MOVE MAMA Fit mit/ ohne Baby (Rückbildung Level 2) Drop-In*		EVERYBODY MOVE Yoga für Alle: Easy Morning Flow 1 - 2x pro Monat Drop-In*
09:45							
10:15							
10:30							
10:45			MOVE YOUR BABY Krabbelgruppe (7-11 Monate)	MOVE YOUR BELLY Schwangerschaftsyoga	MOVE MAMA Yoga mit Baby (Rückbildungsyoga Level 2)		
11:00		MOVE MAMA Rückbildungs-yoga (Level 1)					
11:45							
12:00							
12:15		MOVE YOUR BABY Babymassage		EVERYBODY MOVE Lunch Yoga Drop-In*			
13:00							
13:15							
13:30							
16:00	MOVE YOUR BABY Waldspielgruppe (Laufalter - 6 Jahre)						
16:30							
17:00							
18:00							
18:15	MOVE YOUR BELLY Schwangerschaftsyoga	EVERYBODY MOVE Yoga 50+	SPECIAL Erste Hilfe für Babys & Kleinkinder (17.04.24)	EVERYBODY MOVE Entspannung & Meditation			Hier geht's zum Kursplan: 
19:00							
19:15							
19:30	EVERYBODY MOVE Yoga für eine stabile Körpermitte Drop-In*						
20:00							
20:30							
20:45							
21:00							

LEGENDE:

MOVE YOUR BELLY

MOVE YOUR BABY

MOVE MAMA

EVERYBODY MOVE

SPECIAL

*Drop-In:
Offener Kurs mit wöchentl.
Anmeldung