



baerler°
GESUNDHEITZENTRUM

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>	<u>Samstag</u>
<u>10:00 Uhr</u> Fit mit Baby					
<u>11:00 Uhr</u> Bodyweight Workout Outdoor Kurs!		<u>10:00UHR</u> Wirbel- säulen- gymnastik		<u>12:00Uhr</u> Wirbel- säulen- gymnastik	
<u>14:00 Uhr</u> Tai Chi	<u>13:30 Uhr</u> Nordic Walking	<u>17:00 Uhr</u> Yoga			
		<u>18:00 Uhr</u> Yoga			
<u>18:30UHR</u> Pilates	<u>17:30 Uhr</u> (Outdoor) Tabata :)	<u>19:00 Uhr</u> Bodyweight Workout Outdoor Kurs!		<u>18:30 Uhr</u> Entspannung	