

ONLINE STUNDENPLAN

2025/26

Einstieg über Zoom & Eingabe des Passworts

MONTAG

08:15-09:05
PILATES

09:15-10:05
BODYWORK

DIENSTAG

08:00-08:50
KRAFT +
BEWEGLICHKEIT

09:00-10:20
YOGA KUNDALINI

10:30-11:20
ATEM + BALANCE

MITTWOCH

DONNERSTAG

08:15 - 09:05
MORGENSPORT

09:15-10:35
YOGA
HATHA VINYASA

10:45-11:35
COMBINED FITNESS

FREITAG

08:15-09:05
RÜCKENFIT

10:15-11:05
PILATES

PASSWORT: 888444

17:00-17:50
BECKENBODEN

18:30-19:20
RÜCKENFIT

19:15-20:30
BODYWORK
INTENSIV

19:30 - 20:20
PILATES

17:00-17:50
YOGA FLOW

18:30-19:20
HIIT The Beat