

SQ14 OSTERPLAN

Osterferien: Samstag, 12.04.2025 bis Montag, 21.04.2025
 Montag, 21.04.2025 (Feiertag - keine Einheiten)



- Sparte
- SQ14 Programm
- ★ SQ14 Kids & Teens Programm

SAMSTAG

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

	08:15-09:05 PILATES					
09:30-10:50 BBP XXL	09:15-10:05 BODYWORK	09:00-10:20 YOGA - KUNDALINI	09:00-09:50 GYM MIX	09:00-10:20 YOGA HATHA VINYASA	09:30-10:50 BBP XXL	
		10:30-11:20 NEURONALE AKTIVIERUNG	10:00-10:50 RÜCKENFIT	10:30-11:20 PILATES		
NEU IM SQ14 PROGRAMM INKL.	15:00-15:50 ELTERN-KIND TURNEN	15:00-15:50 KINDERTANZ 8-12 J.	15:30-16:50 ELTERN-KIND TURNEN BIS 4 J. HOP ON- HOP OFF	15:00-15:50 ELTERN-KIND TURNEN		
15:45-16:35 AERIAL YOGA		16:00-16:50 BECKENBODEN				
17:00-18:20 YOGA ENTSPANNUNG	17:30-18:20 ZUMBA	17:00-17:50 BOXEN Kinder & Jugend	17:00-17:50 BODYWORK	17:00-17:50 YOGA	17:00-18:30 JIU JITSU m+w 12-14 Jahre	
18:30-19:20 ZUMBA	18:30-19:20 RÜCKENFIT	18:00-18:50 BOXEN für Jedermann/-frau				18:30-19:20 ZUMBA
		19:00-20:30 BODYWORK INTENSIV	19:30-20:20 PILATES	19:30-20:20 BODYWORK	18:30-20:30 JIU JITSU m+w ab 15 Jahren	