

Belegungsplan / Kurstermine ab Januar 2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00 - 11:00 MEDIATIONS- WERKSTATT (Johannes Philipp)	9:00 - 10:15 TAIJIQUAN Pekingform + Lange Form (Claudia Friedel)	9:00 - 10:00 VINYASA-YOGA (Melanie Siering)		9:45 - 10:45 Gymnastik für Frauen (Gabriele Berger)
			10:30 - 11:30 GYMNASTIK 60 + (Silvia Franke-Swiderek)	
	12:30 - 13:30 Gymnastik für Frauen (Gabriele Berger)			
			15:00 - 16:00 RÜCKEN-GYMNASTIK (Sabine Gammert)	15:15 - 16:30 TAIJIQUAN Pekingform (Claudia Friedel)
18:30 - 19:45 TAIJIQUAN Pekingform (Claudia Friedel)	18:45 - 20:00 TAIJIQUAN Lange Form (Claudia Friedel)	18:30 - 19:45 TAIJIQUAN Pekingform (Claudia Friedel)	17:45 - 19:15 TRI YOGA FLOW (Marco Seefried)	16:45 - 18:00 TAIJIQUAN Pekingform (Claudia Friedel)
20:00 - 21:15 TAIJIQUAN Taiji zu zweit (Claudia Friedel)	20:15 - 21:30 TAIJIQUAN Lange Form (Claudia Friedel)	20:00 - 21:15 TAIJIQUAN Pekingform (Claudia Friedel)	19:30 - 22:00 MEDIATIONS- WERKSTATT (Johannes Philipp)	