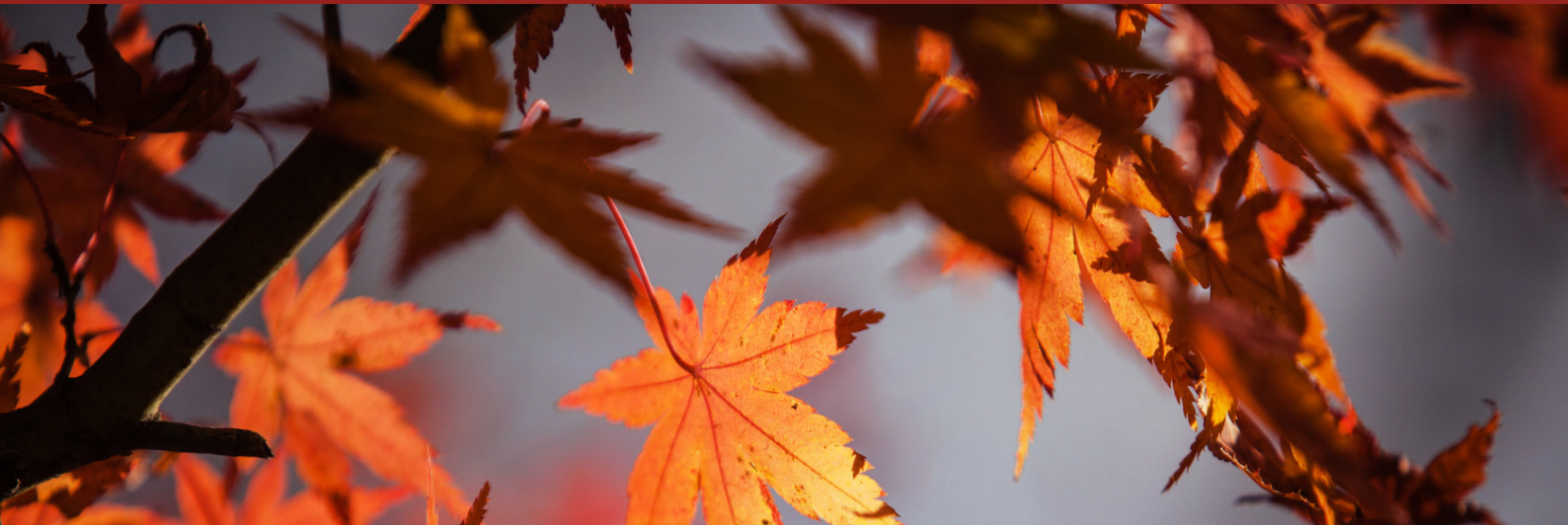


KURSPROGRAMM KILLESBERG



Öffnungszeiten am 01.11.22 Killesberg

10.00 - 21.00 Uhr

Kinderbetreuung

10.00 - 13.30 Uhr

Yoga

15.45 - 16.45 Uhr Pilates mit Martina

17.00 - 18.00 Uhr Antastha Yoga mit Ursi

18.05 - 18.35 Uhr Yoga Nidra mit Ursi

Leichte Yogaübungen (wer sich traut, mit verbundenen Augen) bringen euch ins Spüren und Ankommen bei euch selbst - ohne zu (be) werten oder zu vergleichen

Kurse

10.15 - 11.15 Uhr BodyPump

11.20 - 11.50 Uhr CoreWorkout

11.55 - 12.55 BodyBalance

mit Momo