

KURSPLAN - gültig ab Mo. 08.04.2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	08:45 - 09:45 Uhr St FELDENKRAIS			
	10:15 - 11:15 Uhr St Rücken - u. Ausgleichs Gym	10:30 - ca. 12:00 Uhr O2 Nordic Walking		
	11:30 - 12:30 Uhr St Rücken - u. Ausgleichs Gym			
13:00 - 14:45 Uhr St mögl. Startzeit für Einzelstunden	13:30 - 15:00 Uhr St mögl. Startzeit für Einzelstunden			13:30 - 18:30 Uhr St mögl. Startzeit für Einzelstunden
16:30 - 17:30 Uhr St FELDENKRAIS	16:45 - 17:45 Uhr St funktional Gym + Stretching		17:00 - ca. 18:30 Uhr O2 Nordic Walking	
18:00 - 19:00 Uhr St funktional Gym + Faszien	18:00 - 19:00 Uhr St PILATES / Ausgleichs Gym			
19:15 - 20:15 Uhr St PILATES / Ausgleichs Gym	19:15 - 20:15 Uhr St FELDENKRAIS			



Mindestteilnehmerzahl: Indoor-Kurs: 2TN /innen

St: Studio f. Bewegung u. Haltungscoaching, Fürstenfelder Str. 6, FFB
O2: Parkplatz vom Veranstaltungsfoum FFB, letzte Reihe, 82256 FFB

Ronny Hauser-Dießner • Scherrerstraße 8 • 82296 Schöngeising
www.mobil-ronny-hauser-diessner.de • Tel. 08141 103626
hauser_diessner@gmx.de • Mobil 0172 8679832

