

Kursplan

gültig ab 17.05.2022

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
vormittags	9:00 - 10:00 RüBi 2.0 After Belly fit ***	9:00 - 10:15 StehrNKLING Babies	9:00 - 10:15 StehrNKLING Kids	9:00 - 10:30 Beckenbodenglück (Basiskurs) ***	
	10.30 - 12:00 RüBi 1.0 After Belly Yoga ***	10:30 - 11:45 StehrNKLING Kids	10:30 - 11:45 StehrNKLING Babies	11:00 - 12:00 Beckenboden non stop (Aufbaukurs) ***	
nachmittags					15:00 - 16:00 Mommy fit (Ab 1 Jahr nach Geburt)
abends	17:30 - 19:00 Geburtsvorbereitendes Belly Yoga für Schwangere ***		18:00 - 19:00 Beckenboden non stop (Aufbaukurs) ***		
	19:30 - 21:00 Yoga für Frauen ***		19:30 - 21:00 Beckenbodenglück (Basiskurs) ***		

*** = Teilnahme online möglich

Einzelsessions/Personal Trainings nach Vereinbarung // Workshops & Specials laut Webseite

Ich freu' mich auf dich! Deine Denise Dalpreet

Anmeldung über: www.yoga-geltendorf.de ~ dalpreets@web.de ~ 0175 5532547