

# FRÜHLINGSFERIEN-WORKSHOPS

## MONTAG, 20. APRIL

19:00 YOGA, STRETCH & RELAX (60min) mit Sabina

## DIENSTAG, 21. APRIL

17:40 SOFT-GYM TRAMPOLIN PMT mit Elvira

## MITTWOCH, 22. APRIL

10:00 BODY-FIT mit Elvira

17:00 VINYASA FLOW mit Sabina

## DONNERSTAG, 23. APRIL

10:00 RÜCKEN-FIT 60+ mit Rahel

19:00 RÜCKEN FASZIEN mit Rahel

## FREITAG, 24. APRIL

10:00 FUNTONE (mit Hüeti) mit Rahel

## SAMSTAG, 25. APRIL

10:00 SOFT-GYM TRAMPOLIN PMT (60min) mit Elvira

## MONTAG, 27. APRIL

19:00 YOGA, STRETCH & RELAX (60min) mit Sabina

20:15 YOGILATES mit Sara

## DIENSTAG, 28. APRIL

17:40 SOFT-GYM TRAMPOLIN PMT mit Elvira

## MITTWOCH, 29. APRIL

10:00 BODY-FIT mit Elvira

17:00 VINYASA FLOW mit Sabina

## DONNERSTAG, 30. APRIL

10:00 RÜCKEN-FIT 60+ mit Rahel

19:00 RÜCKEN FASZIEN mit Rahel

## SAMSTAG, 02. MAI

10:00 SOFT-GYM TRAMPOLIN PMT (60min) mit Elvira

