

MO

09.30– 10:30UHR

PILATESMITBABY

ELTERNBABYRAUM

10:45– 11:45UHR

**CENTER YOURSELF
FUNKTIONELLES
BECKENBODEN
TRAINING**

ELTERNBABYRAUM

18:00 – 19:00 UHR

**FUNCTIONAL
WORKOUT MEETS
YOGA**

CITYPARK/DULLENKOPF

19:00 – 20:00 UHR

**BEASTMODE
KRAFTTRAINING**

CITYPARK/DULLENKOPF

DI

09:30 – 10:30UHR

PILATESMITBABY

ELTERNBABYRAUM

10:45– 11:45UHR

**BECKENBODEN
& CORE**

ELTERNBABYRAUM

MI

16:15 – 17:15 UHR

**PLAY & FIT
SPIEL & SPORT**

ELTERNKINDRAUM

18:00 – 19:00 UHR

**FETTSCHMELZE -
FUNKTIONALES
GANZKÖRPER
WORKOUT**

CITYPARK/DULLENKOPF

19:00 – 20:00 UHR

**CENTER YOURSELF
FUNKTIONELLES
BECKENBODEN
TRAINING**

CITYPARK/DULLENKOPF

*Für Mamas &
Schwangere*

DO

10:00 – 11:00 UHR

**XCROSS
KINDERWAGENFIT
WALK & CORE**

CITYPARK

FR

10:00 – 11:00 UHR

**MAMI-TUMMY1
FUNKTIONELLES
BECKENBODEN
TRAINING**

LEIHLOKAL

zur Rückbildung geeignet

**GESCHLOSSENER KURS
(feste Starttermine)**

**OFFENER KURS
(hier kannst Du jederzeit
Einsteigen)**