

KURSE SPORTIF WIESBADEN ONLINE über ZOOM: ID: 676 093 7096 Kennwort: 81EWZE (Kurse mit* siehe unten)

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|--|--|--|--|---|---|--|
| 8.30 - 9.15 Power Yoga Andrea | 8.30 - 9.15 Zumba Dani | 8.15 - 9.00 Faszientraining Andrea | 8.15 - 9.15 Hatha Yoga Uli | | | |
| 9.30 - 10.15 * Workout Tanja | 9.30 - 10.15 Workout Andrea | 9.00 - 9.45 Power Yoga Andrea | 9.30 - 10.15 Pilates - Yoga Andrea | 9.15 - 10.00 Rücken- Yoga Kirsten | | |
| 10.30 - 11.15 * Pilates Tanja | 10.30 - 11.15 Pilates-Yoga Andrea | 10.00 - 10.45 Rückenfitness Kirsten | 10.30 - 11.15 Workout Kerstin | 10.15 - 11.00 Rückenfitness Kirsten | 10.30 - 12.00 * HIW Jennifer/ Vinyasa Core Yoga Christine | 10.10 - 11.00 * Workout Tanja |
| 16.00 - 16.45 Ashtanga Yoga Andrea | | | | 11.15 -12.45 HIW Kerstin | | |
| 17.00 - 17.45 Workout Danny | 17.00 - 17.45 Workout Emily/ Madeleine | 17.00 - 17.45 Workout Emily/ Madeleine | 18.15 - 18.45 * Bauch - Express Jennifer | 16.45 - 17.30 * BBP Intensiv Carolina | | 13.15 - 14.45 Power Yoga Christine |
| 18.00 - 19.30 Zumba Fitness mit Zumatoning Dorothee | 18.00 - 18.30 Bauch Intensive/ Shape Nina | 19.00 - 19.45 Tai Chi Uli | 18.45 - 19.45 * Workout Jennifer | 17.45 - 19.00 Power Yoga Christine | | |
| | | 20.00 - 21.30 Hatha Yoga Uli | 20.00 - 21.30 * Ritmus Cuban Maykel | | | |

Kurse mit *: sind

Tanja und Maykel laden extra ein.

Jennifer: ID: 723 701 1527.

Kennwort 947428

Carolina: ID: 725 1143 2288

Kennwort CVR84

