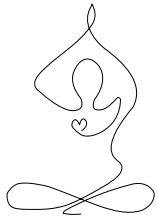


# FITNESS

mit *Florianda*



MONTAG  
07.10.

Heute finden keine  
Aktivitäten statt

DIENSTAG  
08.10.

08:00 - 08:30

Makko-Ho

11:00 - 11:45

Pilaflow

14:00 - 14:30

Vinyasa Flow

16:00 - 16:45

Time To Stretch

MITTWOCH  
09.10.

11:00 - 11:45

Pilates Matwork

16:00 - 16:45

Soft Ball Pilates

17:00 - 17:45

Fascia Release Tension

DONNERSTAG  
10.10.

11:00 - 11:45

Pilates mit Rolle

16:00 - 16:45

Standing Pilates

FREITAG  
11.10.

11:00 - 11:45

Vinyasa Flow

16:00 - 16:45

Pilaflex

17:00 - 17:45

Yin Yoga

SAMSTAG  
12.10.

08:00 - 08:30

5 Tibeter

11:00 - 11:45

Mini Resistance Band

16:00 - 16:45

Magic Circle

SONNTAG  
13.10.

Heute finden keine  
Aktivitäten statt