

## Stundenplan 11. - 17. November 2024

---

### Montag

|                   |                  |                       |      |
|-------------------|------------------|-----------------------|------|
| 12.15 - 13.10 Uhr | Pilates          | hybrid vor Ort / Zoom | Vera |
| 18.00 - 18.55 Uhr | Faszien Training | vor Ort               | Vera |
| 19.00 - 19.55 Uhr | Vinyasa Yoga     | vor Ort               | Vera |

### Dienstag

|                   |                  |                       |      |
|-------------------|------------------|-----------------------|------|
| 19.15 - 20.10 Uhr | Faszien Training | hybrid vor Ort / Zoom | Vera |
|-------------------|------------------|-----------------------|------|

### Mittwoch

|                   |                  |         |          |
|-------------------|------------------|---------|----------|
| 17.30 - 18.25 Uhr | Faszien Training | vor Ort | Vera     |
| 18.30 - 19.25 Uhr | Vinyasa Yoga     | vor Ort | Vera     |
| 19.35 - 20.30 Uhr | Power Yoga       | vor Ort | Rossella |

### Donnerstag

### Freitag

|                   |              |         |      |
|-------------------|--------------|---------|------|
| 16.30 - 17.25 Uhr | Pilates      | vor Ort | Vera |
| 17.30 - 18.25 Uhr | Vinyasa Yoga | vor Ort | Vera |

**18.30 - 20.30 Uhr** *Chi Yoga Special* **vor Ort** **Vera**

### Samstag

|                 |              |                       |      |
|-----------------|--------------|-----------------------|------|
| 9.00 - 9.55 Uhr | Vinyasa Yoga | hybrid vor Ort / Zoom | Vera |
|-----------------|--------------|-----------------------|------|