

# Der Kursplan am Nachmittag/Abend

## Montag

- Personal Training 15:00 - 17:00  
*Termine nach Vereinbarung*
- Personal Training 15:00 - 17:00  
*Termine nach Vereinbarung*
- Yoga Fortgeschritten 2 18:00 - 19:30  
*mit Angela*
- Pilates Fortgeschritten 19:45 - 21:00  
*mit Angela*

## Dienstag

- Personal Training 15:00 - 17:00  
*Termine nach Vereinbarung*
- Personal Training 15:00 - 17:00  
*Termine nach Vereinbarung*
- Yoga Fortgeschritten 1 17:45 - 19:00  
*mit Angela*
- Therapeutisches Yoga 19:15 - 20:45  
*mit Angela*

## Mittwoch

- Pilates 70+ 17:30 - 18:45
- Pilates Mixed Level 17:30 - 18:45  
*mit Angela*
- Pilates Mixed Level 17:30 - 18:45  
*mit Angela*
- Yoga Mixed Level 19:00 - 20:15  
*mit Angela*
-

Yoga Mixed Level

20:30 - 22:00

*mit Jutta*

## Donnerstag

- Personal Training  
*Termine nach Vereinbarung* 15:00 - 17:00
- Yin Yoga  
*mit Kristina* 18:15 - 19:30
- Vinyasa Yoga  
*mit Kristina* 19:45 - 21:15

## Freitag

- Personal Training  
*Termine nach Vereinbarung* 15:00 - 17:00
- Personal Training  
*Termine nach Vereinbarung* 15:00 - 17:00