

Kursplan • Therapiezentrum Drache • 030/ 26 30 64 74

Die Sportgruppen finden in der Regattastraße 104 statt!

Stand: Februar 2024 (Änderungen vorbehalten)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10:00 - 11:00 Uhr Rückenschule Trainerin: Uta			10:00 - 11:00 Uhr Rückenschule Trainerin: Uta	
11:30 - 12:30 Uhr funktionelles Ganzkörpertraining Trainerin: Uta	11:30 - 12:30 Uhr Kanga-Training mit Baby Trainerin: Janine Baldauf	11:00 - 12:00 Uhr Pilates Trainerin: Uta	11.30 -12.30 Uhr Entspannung in der Mittagspause Trainerin: Uta	
	12:45 - 13:45 Uhr Babymassage Trainerin: Janine Baldauf			
		16:30 - 17:30 Uhr Ganzkörpertraining + Entspannung Trainerin: Uta		
19:15 - 20:30 Uhr Yoga Trainer: Martin		18:00 - 19:00 Uhr Pilates Trainerin: Uta	19:15 - 20:30 Uhr Yoga Trainer: Martin	

Preise:
Probestunde

160 EUR (10er Karte)
16 EUR

Yoga: Martin (martin.nunez@web.de)
Kanga-Training: Janine (www.babyinstinke.de / info@babyinstinke.de)