

KURSPLAN

Montag

16:00 • 90 Min
Pilates (ab Jan '25)

17:45 • 90 Min
Intro-Stunde | Qigong
& Taichi

19:00 • 75 Min
Prana Experience (ab
Jan 25)

19:00 • 90 Min
Selbstverteidigungs-
Training

19:15 • 90 Min
Hatha Yoga (ab 18.11.)

Dienstag

17:30 • 90 Min
Floorwork & Acrobatics

18:00 • 60 Min
Qigong in English

18:00 • 90 Min
18 Übungen des Taichi-
Qigong

19:00 • 60 Min
Taichi in English

19:30 • 90 Min
Yivamukti Yoga (ab
19.11.)

19:30 • 120 Min
Capoeira

Mittwoch

15:00 • 60 Min
Kung-Fu | Jugendliche
(10-15)

17:00 • 60 Min
Kung-Fu | Kids 6-9
(Zentrum-Südwest)

17:30 • 60 Min
Tai Chi | Basics & Form
(ab 13.11.)

18:15 • 90 Min
Kung-Fu | Anfänger &
Fortgeschrittene

Donnerstag

11:00 • 60 Min
Tai Chi | 8er + Peking
Form

17:00 • 90 Min
Hatha Yoga (ab 21.11.)

17:30 • 90 Min
daoistisches Qigong &
Wirbelsäule

17:30 • 90 Min
Tai Chi | Festigen &
Vertiefen

19:00 • 60 Min
Qigong Intro-Stunde

19:00 • 60 Min
Animal Flow & Primal
Movements

20:00 • 60 Min
Aikido Basics

Freitag

16:00 • 60 Min
Kungfu &
Selbstverteidigung fü...

17:15 • 90 Min
Kung-Fu| Shaolin &
Langfaust

19:00 • 60 Min
Capoeira

Unser aktueller
Stundenplan im Netz:



Buch dir deinen
Kurs auf Eversports

