

| | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG | SONNTAG |
|---------|---|---|--|--|--|--|---|
| morgens | 09:30 – 10:30 PILATES & YOGA alle Level mit Natalie | | WELTTANZTAG// Kennenlerntermin: 29.4.26 09:00 – 10:15 TANZIMPROVISATION Frei Tanzen - frei Denken mit Tina (dann fortlaufend) | Neu ab Mai: 09:00 – 10:00 EMBODIED YOGA mit Josefine | | 4x/Jahr 21.03.26: 09:30 – 11:45 WORKSHOP 7-10 J. ELTERN-KIND-YOGA mit Maria | Event in Planung + 1.11.26: 09:30 – 15:45 BODYART DAY RETREAT mit Tanja |
| | 10:45 – 11:45 MAMA-BABY-YOGA mit Maria | | NEUER KURS im MAI: 10:30 – 11:30 BABYS IN BEWEGUNG 1 mit Samira | | 10:00 – 11:30 HATHA YOGA (traumasensibel) 1x monatlich mit Katja | Kurs monatlich: 10:00 – 12:00 REIKI & YIN YOGA mit Sylvie & Regina | 4x/Jahr 15.03.26: 14:30 – 16:45 WORKSHOP 4-6 J. ELTERN-KIND-YOGA mit Maria |
| | ab 11:45 - 12:30 MAMA-BABY-Café kostenfrei mit Maria | | WARTELISTE: 11:30 - 12:30 BABYS IN BEWEGUNG 2 mit Samira | 15:30 – 16:15 BEWEGTES ENTSPANNEN - YOGA KITA-KINDER mit Marion | | NEU 12.09.26: 10:00 – 14:00 WALD & WETTER, KOMPASS & KARTE mit Sarah | NEU: FR-SO buchbar: Kindergeburtstag Yoga & Kreativpaket mit Maria |
| | | Neu ab Juni: 17:00 – 18:00 PILATES für SCHWANGERE mit Lisa | | 16:30 – 17:15 BEWEGTES ENTSPANNEN - YOGA GS-KINDER mit Marion | NEU ab 24.4.26: 16:30 – 17:30 BALANCE WORKOUT mit Tanja | NEU 16./17.05.: HYPNOBIRTHING, ganzheitliche Geb.-Vorbereitung Paare mit Diana | Event 30.06., 30.08.: ab Juni KOCHKURSE / FERMENTIEREN mit Violetta |
| abends | Neu: 8.-29.06.26 18:00 – 21:00 HYPNOBIRTHING Ganzheitliche Geburtsvorbereitung mit Diana | 18:30 – 19:45 5 Elemente HATHA YOGA mit Jule | 18:00 – 19:00 PILATES & YOGA alle Level mit Natalie | NEU: 17:45 – 19:00 PRECISION & FLOW YOGA mit Eva | 18:00 – 19:15 14-tägig: Wim Hof Methode ATEMKLASSE mit Elmar | NEU 23./24.05.: Einführung in die GfK: Gewaltfreie Kommunikation mit Christoph & Robert | Event 10.05.26: 19:00 – 21:00 CHANTING CIRCLE mit Jeanette |
| | In Planung: KK-zert. Geburtsvorbereitung & Rückbildung mit Nina | NEU: 20:00 – 21:15 TANZIMPROVISATION Frei Tanzen - frei Denken mit Tina | NEU: 19:30 – 20:30 PILATES mit Eva | 19:30 – 20:45 SOMATISCHES YIN YOGA mit Regina | 1x monatlich: Workshop Fr. – So. Gemeinsam FASTEN erleben mit Heike & Julia | 1x monatlich: Workshop Fr. – So. Gemeinsam FASTEN erleben mit Heike & Julia | Kurs monatlich ab 03.05.: 18:00 – 20:00 REIKI & YIN YOGA mit Sylvie & Regina |