

Group Fitness



August 2025 (mit Voranmeldung)

Tag	Datum	Zeit	Kurs	Coach	Ort
Montag	wöchentlich	09.00 – 09.55	PrivateReformer/Cadillac	Manuela	Power Studio
	wöchentlich	10.00 – 10.55	Flying Yoga/Pilates	Manuela	Yoga Studio
	wöchentlich	12.00 – 13.00	PrivateReformer/Cadillac	Manuela	Power Studio
	wöchentlich	18.30 – 19.25	Flying Yoga/Pilates	Manuela	Yoga Studio
	Wöchentlich	18.30 – 19.30	HYROX	Team	Power Studio
	Wöchentlich	19.30 – 20.25	Yoga & Faszien	Manuela	Yoga Studio
Dienstag	wöchentlich	08.15 – 09.00	Functional -Training	Team	Power Studio
	wöchentlich	12.00 – 13.00	HYROX	Team	Power Studio
	wöchentlich	18.30 – 19.55	Hatha Yoga & Meditation	Regula	Yoga Studio
Mittwoch	wöchentlich	07.30 – 08.30	HYROX	Team	Power Studio
	wöchentlich	08.30 – 09.30	Balance Yoga	Regula	Yoga Studio
		09.45 – 10.30	Mama Kind Yoga	Regula	Yoga Studio
Donnerstag	wöchentlich	08.00 – 09.00	Stretch & Release	Regula	Yoga Studio
	wöchentlich	12.00 – 13.00	HYROX	Team	Power Studio
Freitag	wöchentlich	08.15 – 09.00	Functional Training	Team	Power Studio
Samstag					
Sonntag	nur am 22.06	10:00 –11:00	Sommerflow Yoga	Regula	Yoga Studio

* bei schönem Wetter kann der Kurs im Outdoorbereich stattfinden

** bei jedem Wetter; passende Kleidung mitbringen

≠ Kurs findet an diesem Tag nicht statt