

Kursplan

Standort Haren

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00 ¹ RS Orthopädie \$44		8:00 - 10:00 ² Hatha-Yoga \$20	09:10 ¹ RS Orthopädie/ WSG	9:15 - 10:30 ² Yoga Mami - Buddah Baby (auf Anfrage)
12:00 ¹ RS Orthopädie \$44		11:15 -12:45 ² Sen-Hatha-Yoga \$20	16:45 -18:30 ² Sen-Hatha-Yoga \$20	
17:30 ² RS Venen Lymph \$44		15:15 - 16:30 ² Sen-Hatha-Yoga \$20	18:00 ¹ RS Orthopädie \$44	12:30 ¹ FT Trocken \$44
18:00 ¹ RS Orthopädie \$44	18:00 ¹ RS Orthopädie \$44	17:00 ¹ RS Rehasport Cool Kids (ab 4 Jahre) \$44	19:15 - 21:00 ² Sen-Hatha-Yoga \$20	
19:00 ¹ FT Trocken \$44	19:15 ² Yoga für Anfänger \$20	19:00 ¹ RS Orthopädie \$44	19:55 ¹ FT Trocken \$44	
19:15 - 21: ² Hatha-Yoga \$20	20:00 ¹ FT Trocken \$44	19:00 ² Leben in Achtsamkeit (auf Anfrage)	20:30 ¹ FT Trocken \$44	
		19:55 ¹ FT Trocken \$44		
		20:30 ¹ FT Trocken \$44		

Erklärungen:

RS= Rehasport
FT= Funktionstraining
Achtsamkeitsbasierende Verfahren/ Santosh

1 Kursraum 1
2 Kursraum 2