

Montag

9.00-10.00  
WS-Gymnastik

10.15-11.05  
Fit mit Baby

15.45  
El-Ki-Tu 1-2 J.

16.45  
Ki-Turnen 3 J.

17.45-18.45  
Rückenfitness

19.00-20.00  
BauchBeinePo

20.15-21.15  
Pilates

Dienstag

9.00-10.00  
BauchBeinePo\*

10.15-11.45  
Delfi

15.45  
El-Ki-Tu 1-2 J.

16.45  
FitKidsYoga ab 5 J.

18.00-18.45  
Entspannung (M)

19.00-20.00  
BauchBeinePo

Mittwoch

10.30-11.30  
WS-Gym. sanft

16.00  
Ki-Turnen 3 J.

17.00  
El-Ki-Tu 2-3 J

18.00-19.00  
Pilates

19.15-20.15  
Zumba

20.30-21.30  
Zumba

Donnerstag

9.00-10.30  
Delfi

10.30-12.00  
Delfi

16.00  
Kindertanz ab 4 J.

17.00  
Fit Kids ab 4 J.

18.00-19.00  
Rückenfitness

19.15-20.15  
BauchBeinePo

20.30-21.30  
Rücken&Bauch

Freitag

9.30-10.30  
Krabbelkids

10.45-11.35  
Fit mit Baby

16.15  
El-Ki-Tu 2-3 J.

17.30-18.30  
Zumba Oriental (M)



grün - laufende, offene Kurse  
lila - laufende, abgeschlossene Kurse (10 – 13 Kurseinheiten)  
Kurse mit (M) - für diese abgeschlossenen Kurse ist eine Voranmeldung erforderlich  
Kurs mit \* - Baby kann mitgebracht werden

Montag

9.30-11.00  
Delfi

11.15-12.45  
Delfi

16.30  
El-Ki-Tu 2-3 J.

17.30-18.45  
Power-Yoga

18.45-19.45 (M)  
Rückenfit Männer

20.00-21.15  
Yoga

Dienstag

9.30-10.30  
Krabbelkids

10.45-12.15  
Delfi

17.45-19.00  
Yoga

18.15 Bewegung  
& Ernährung (M)

19.15-20.15  
Zumba

20.15-21.30  
Yoga

Mittwoch

9.00-10.15  
Yoga

16.45  
Fit Kids ab 4 J.

17.45-19.00  
Yoga

19.15-20.15  
Rückenfitness

20.30-21.30  
Rücken&Bauch

Donnerstag

10.30-11.45  
Yoga - sanft &  
Entspannung

16.30-18.00  
Ernährungs- und  
Kochkurs für Eltern  
und Kinder (M)

17.30-18.45  
Yoga Schwangere

19.00-20.15  
Power-Yoga  
Männer/Frauen

20.15-21.30  
Yoga ab 01.03.

Freitag

9.30  
Ki-Turnen 1-3 J.

17.15-18.30  
Yoga



grün - laufende, offene Kurse  
lila - laufende, abgeschlossene  
Kurse (10 – 13 Kurseinheiten)  
Kurse mit (M) - für diese  
abgeschlossenen Kurse ist eine  
Vor Anmeldung erforderlich  
Kurs mit \* - Baby kann  
mitgebracht werden