

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittag						
9:00 – 10:30 Uhr Hatha-Yoga	9:00 – 10:15 Uhr Qi Gong				10:00 – 12:00 Uhr Yin Yoga 1x im Monat Anmeldung erforderlich	
10:45 – 11:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl	10:15 - 11:30 Uhr Tai Chi Kurzform				10:00 – 14:30 Uhr Workshops / Seminare nach Ankündigung	10:00 – 11:30 Uhr Meditation 1x im Monat Anmeldung erforderlich
Nachmittag						
15:15 – 16:15 Uhr Karate Ab 10 Jahre	15:00 – 15:45 Uhr Yoga für Kinder Ab Grundschule bis 9 Jahre	15:00 – 15:45 Uhr Yoga für Kinder Ab Grundschule bis 9 Jahre	15:15 – 16:15 Uhr Karate Ab 10 Jahre		10:00 – 14:30 Uhr Workshops / Seminare nach Ankündigung	
	16:00 – 17:00 Uhr Yoga für Kinder ab 9 Jahre	16:00 – 17:00 Uhr Yoga für Kinder ab 9 Jahre				
16:30 – 17:45 Uhr Qi Gong						
17:50 19:50 Uhr Karate Erwachsene Anfänger & Spätis	18:15 – 19:45 Uhr Hatha Yoga	18:15 – 19:45 Uhr Hatha Yoga	17:50 – 19:50 Uhr Tai Chi Langform	19:00 – 21:00 Uhr Workshops/Seminare/ Meditation nach Ankündigung (Nada: Die Welt der Klänge / Jahreskreismeditation)	19:00 – 21:00 Uhr Workshops/Seminare/ Meditation nach Ankündigung (Nada: Die Welt der Klänge / Jahreskreismeditation)	
20:00 – 22:00 Uhr Tai Chi Langform	20:00 – 21:30 Uhr Hatha Yoga		20:00 – 22:00 Uhr Karate Erwachsene Anfänger & Spätis			