

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag		Samstag		Sonntag
Vormittag								
7:30 - 8:45 Uhr Qi Gong NEU		7:30 - 8:45 Uhr Karate NEU						
9:00 - 10:15 Uhr Karate NEU	8:30 - 9:45 Uhr Tai Chi Chuan (Kurzform), Qi Gong NEU	9:00 - 10:15 Uhr Qi Gong NEU	9:00 – 10:30 Uhr Hatha Yoga	9:15 - 10:30 Uhr Tai Chi Chuan (Kurzform), Qi Gong NEU				9:45 - 11:00 Uhr Qi Gong NEU
10:45 – 11:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl	10:00 - 12:00 Uhr Tai Chi Chuan Langform NEU	10:45 – 11:45 Uhr Yoga auf dem Stuhl	11:00 – 12:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl	10:45 - 12:00 Uhr Karate NEU		10:00 – 12:00 Uhr Yin Yoga (siehe Termine*)	10:00 – 12:00 Uhr NEU Kraft Yoga (siehe Termine*)	11:00 - 13:00 Uhr NEU Tai Chi Chuan Langform
Nachmittag								
	14:00 – 15:15 Uhr Hatha Yoga							
	15:30 – 16:45 Uhr Yoga für Kinder Ab 9 Jahre	15:15 – 16:30 Uhr Yoga für Kinder Ab Grundschule bis ca. 9 Jahre				14:00 – 15:00 Uhr Eltern-Kind Yoga NEU (siehe Termine*)		
		17:00 – 18:00 Uhr Yoga für Menschen mit Handicap	16:30 – 17:45 Uhr Qi Gong	17:30 – 18:45 Uhr Qi Gong (Alle 2 Wochen, im Wechsel mit Mittwoch. Termine bei Anfrage)				
18:30 - 19:45 Uhr Qi Gong NEU	18:15 – 19:45 Uhr Hatha Yoga	18:15 – 19:45 Uhr Hatha Yoga	18:00 - 19:15 Uhr Tai Chi (Kurzform), Qi Gong NEU	19:00 – 21:00 Uhr NEU Tai Chi Chuan (freies Training, Partnerübungen) nur mit vorheriger Anmeldung, Termine bei Anfrage.	19:00 – 21:00 Uhr Nada: Die Welt der Klänge / Jahreskreis- meditation (siehe Termine*)	19:00 – 21:00 Uhr Nada: Die Welt der Klänge / Jahreskreismeditation (siehe Termine*)		
20:00 – 22:00 Uhr Tai Chi Chuan Langform	20:00 – 21:30 Uhr Hatha Yoga	20:15 – 21:30 Uhr Qi Gong (Alle 2 Wochen, im Wechsel mit Freitag. Termine bei Anfrage)	19:30 – 21:30 Uhr Tai Chi Chuan Langform NEU		19:00 – 21:00 Uhr NEU Yin Yoga (siehe Termine*)			

*Den „Terminkalender“ finden Sie auf der Homepage: www.bewegt-leben-bewegen.de