

Sundenplan Springs GmbH

Zeiten	08.30 Uhr	09.00 Uhr	10.00 Uhr	10.15 Uhr	12.15 Uhr	17.45 Uhr	19.00 Uhr	20.15 Uhr
Montag	Pilates		Pilates			Pilates	Pilates	Pilates
Dienstag		Yoga				Bodyform	Bodyform	Pilates
Mittwoch	Pilates		sanftes Pilates		Pilates	Bodyform	Pilates	Stretching
Donnerstag	Bodyform				Pilates	Schw. Yoga	Poweryoga	Pilates
Freitag		sanftes Yoga						
Samstag		Pilates		Rückbildung				
Sonntag***	*** diese Stunden werden jeweils im Studio ausgehen ***							