

MONTAG

8:00 Uhr

Balanced Start*

DIENSTAG

10:00 Uhr

Flow im Sitzen*

12:00 Uhr

Bewegte Pause*

30 / 60 Min

17:30 Uhr

Starke Mitte*

MITTWOCH

8:30 Uhr

Morgengruß*

10:00 Uhr

Back in Balance*

12:00 Uhr

Bewegte Pause*

30 / 60 Min

18:00 Uhr

4D Pro

DONNERSTAG

10:00 Uhr

4D Pro Light

11:30 Uhr

Mobility & Stretch*

15:30 Uhr

Psychomotorik

5-6 Jahre

16:50 Uhr

Psychomotorik

7-8 Jahre

18:30 Uhr

Tanz

mit * gekennzeichnet
wird gestreamt

Anmeldung zu den Kursen
über die TheraConnect App
oder anmeldung@
balanceundflow.de