

GESUNDHEITSKURSE

Kursbeginn ab 12. April 2021 (KW 2) je 5 Kurseinheiten

ANMELDUNG online buchen ab dem 25. März unter [ssc-karlsruhe.de/](https://www.ssc-karlsruhe.de/)

MONTAG

Yoga Einsteiger + Fortgeschrittene

Mo 08:45-09:45 Osina Jung

Pilates Fortgeschrittene

Mo 10:00-11:00 Osina Jung

Achtsamkeitstraining

Mo 18:15-19:15 Alexandra Mayer

Pilates Fortgeschrittene

Mo 19:30-20:30 Alwina Möricke

DIENSTAG

Pilates Einsteiger

Di 18:00-18:50 Alwina Möricke

MITTWOCH

Yoga Einsteiger + Fortgeschrittene

Mi 08:00-09:15 Hildegard Seng

Yoga Einsteiger + Fortgeschrittene

Mi 18:00-19:15 Hildegard Seng

DONNERSTAG

Yoga Einsteiger + Fortgeschrittene

Do 08:30-09:45 Osina Jung

Yoga Einsteiger + Fortgeschrittene

Do 18:00-19:15 Jasmina Schebesta

SAMSTAG

Meditation einüben

Sa 08.05. 08:00-10:00 Hildegard Seng