

Stundenplan Weihnachtsferien 2024

InMotion Yoga & Pilates Lüdinghausen

Datum	Uhrzeit	Kurs	Trainer
Mo. 09.12.24	17:30 - 18:30	Pilates	Dagmar
	18:45 - 20:00	Hatha Yoga	Dagmar
	20:15 - 21:30	Hatha Yoga	Ariane
Di. 10.12.24	17:30 - 18:30	Hatha Yoga	Ariane
Mi. 11.12.24	9:00 - 10:00	Pilates	Dagmar
	10:15 - 11:30	Yoga für Schwangere	Dagmar
	18:45 - 20:00	Hatha Yoga	Ariane
Do. 12.12.24	19:00 - 20:15	Yin Yoga	Ariane
Fr. 13.12.24	8:30 - 9:30	Hatha Yoga	Ariane
So. 15.12.24	10:00 - 11:15	Rücken yoga	Dagmar
Mo. 16.12.24	17:30 - 18:30	Pilates	Dagmar
	18:45 - 20:00	Hatha Yoga	Dagmar
Di. 17.12.24	17:30 - 18:30	Hatha Yoga	Ariane
Mi. 18.12.24	9:00 - 10:00	Pilates	Dagmar
	10:15 - 11:30	Yoga für Schwangere	Dagmar
	18:45 - 20:00	Hatha Yoga	Ariane
Do. 19.12.24	19:00 - 20:15	Yin Yoga	Ariane
Fr. 20.12.24	8:30 - 9:30	Hatha Yoga	Ariane
So. 22.12.24	10:00 - 11:15	Rücken yoga	Dagmar
Di. 07.01.25	17:30 - 18:30	Hatha Yoga	Ariane
Mi. 08.01.25	9:00 - 10:00	Pilates	Dagmar
	18:45 - 20:00	Hatha Yoga	Ariane
Do. 09.01.25	19:00 - 20:15	Yin Yoga	Ariane
Fr. 10.01.25	8:30 - 9:30	Hatha Yoga	Ariane
So. 11.01.25	10:00 - 11:15	Rücken yoga	Dagmar
Mo. 12.01.25	Es gilt wieder der normale Stundenplan.		