

Workshops 2025

Feldenkrais	Dienstag	10.05 – 11.00 Uhr
Kurs 1	14.1./21.1./28.1./04.2. // 04.3./11.3./18.3./25.3.2025 09.9./16.9./23.9./30.9. // 21.10./28.10. // 25.11./02.12.2025	
	Mittwoch*	18.15 – 19.15 Uhr
Kurs 2* abends	15.1./22.1./29.1./05.2. // 05.3./12.3./19.3./26.3.2025 10.9./17.9./24.9./01.10. // 22.10./29.10. // 26.11./03.12.2025	
Yo Pilates Dance	Donnerstag	09.00 – 09.55 Uhr
Kurs 1	27.2./6.3./13.3./20.3./27.3./3.4./10.4./17.4./8.5./ 15.5./22.5./5.6./12.6./19.6./26.6./3.7./10.7.2025	
Kurs 2	21.8./28.8./4.9./11.9./18.9./25.9./2.10./23.10./ 30.10./6.11./13.11./20.11./27.11./4.12./11.12./18.12.2025	
Business-Yoga	Mittwoch*	18.00 – 19.15 Uhr
Kurs 1* abends	14.5.2025	
Kurs 2* abends	27.8.2025	
Qi Gong / Tai Ji	Mittwoch*	18.15 – 19.15 Uhr
Kurs 1* abends	21.5./28.5./4.6.2025	Qi Gong
Kurs 2* abends	5.11./12.11./19.11.2025	Tai Ji
Entspannung	Mittwoch*	18.00 – 19.15 Uhr
Kurs 1* abends	11.6./18.6./25.6./2.7.2025	
Faszien nach L&B	Freitag	09.30 – 11.00 Uhr
Kurs 1	31.10. und 07.11. 2025	
Kurs 2	14.11. und 21.11. 2025	