

MONTAG**DIENSTAG****MITTWOCH****DONNERSTAG****FREITAG**

				7:00-8:15 alle Level, online stanka
	9:30-11:00 alle Level Marie-Christine	9:30-11:00 M Geri	9:15-11:00 F Geri	9:30-11:00 M Brigitte
	12:00-13:15 sanftes Yoga Brigitte	12:00-13:30 F Brigitte		
	16:00-17:30 Hüfte Brigitte	16:00-17:30 M Brigitte		
18:00-19:30 M Brigitte	18:00-19:30 M Geri	18:00-19:30 A / dt. - engl. Marie-Christine	18:00-19:30 M stanka	
19:45-21:15 M Brigitte	19:45-21:15 A Geri	19:45-21:00 E Marie-Christine	19:45-21:15 A/M stanka	

E: Einführung

A: AnfängerInnen, 1 Jahr Praxis

M: Mittelstufe, nach 2-4 Jahren Praxis

F: Fortgeschritten, mind. 5 Jahre Praxis + regelmässiges persönl. Üben

dt. - engl.: Hauptsprache Deutsch, bei Bedarf mit englischer Übersetzung