

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:30-13:30 Uhr Kinderosteopathie Terminabsprache	09:00-10:30 Uhr Rückbildung	09:00-12:00 Uhr FaszienBehandlung Terminabsprache	09:00-09:45 Uhr Babymassage ab 6 Wochen	09:00-10:00 Uhr Krabbelgruppe* 6-12Monate	SpielKaffee 10:00-13:00 Uhr
09:15-10:00 Uhr MamaWorkout*	10:15-11:00 Uhr BuggyWorkout*	10:00-10:45 Uhr MamaSport**	SpielKaffee 10:00-12:00 Uhr	10:15-11:00 Uhr MamaSport*	10:00-11:00 Uhr Selbstbehauptung ab 6 Jahre
10:30-11:15 Uhr Yoga in der Schwangerschaft*	10:30-12:30 Uhr Physiotherapie Terminabsprache	15:00-16:00 Uhr Spielgruppe* 12-24Monate	SpielKaffee 15:00-18:00 Uhr	11:15-12:00 Uhr YogaFitness*	11:00-12:00 Uhr Selbstbehauptung ab 10 Jahre
11:15-11:45 Uhr Personaltraining	11:15-12:00 Uhr Bodysyling**	16:00-17:00 Uhr Kinderturnen* 24-48Monate	18:30-19:30 Uhr FaszienYoga	16:00-16:45 Uhr Babymassage	14:00-15:30 Uhr Selbstbehauptung ab 16 Jahre (Frauen)
17:30-18:00 Uhr Bauchtraining im Tuwas-Fitness	16:30-17:15 Uhr YogaFitness**	17:30-18:00 Uhr Bauchtraining im Tuwas-Fitness	19:45-20:30 Uhr Fit in der Schwangerschaft*	17:00-17:45 Uhr Babymassage 2.0*	
19:00-20:00 Uhr FaszienTraining	17:30-18:15 Uhr RückenFit im Tuwas-Fitness	18:15-19:00 Uhr Yoga Fitness im Tuwas-Fitness	20:30-21:15 Uhr Pilates*	18:00-18:45 Uhr PapaWorkout	
20:00-21:00 Uhr Meditation	18:15-19:30 Uhr BeckenbodenSchule	19:00-20:00 Uhr Schwimmen in der Schwangerschaft		18:15-18:45 Uhr TRX Training im Tuwas-Fitness	
	18:15-19:00 Uhr Zumba im Tuwas-Fitness			20:15-21:00 Uhr Yoga in der Schwangerschaft*	
	19:00-19:45 Uhr Step Fortgeschr. im Tuwas-Fitness				