

Bitte im Nachholstundenkalender ein- und austragen!!

info@gesundheitstraining-liegmann.de

www.gesundheitstraining-liegmann.de

P = Präsenz im Studio

Z = online über Zoom



Ferienplan Sommer 2025 vom 14.07. - 22.08.25				
Mo 14.07.	Di 15.07.	Mi 16.07.	Do 17.07.	Fr 18.07.
09:15-10:15 Pilates I-II P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II P		09:00-10:00 Pilates I-II P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II Z
10:30-11:30 Aktiv Ü70 I-II P			10:10-11:10 Tanz / Pilates P	
11:45-12:45 Pilates I P				
17:00-18:00 Pilates I P		17:00-18:00 Faszientraining P/Z		
18:15-19:15 Faszienpilates P/Z		18:00-19:00 Pilates I-II P	18:00-19:30 Yoga I P	
19:30-20:30 Pilates I-II P/Z				
Mo 21.07.	Di 22.07.	Mi 23.07.	Do 24.07.	Fr 25.07.
09:15-10:15 Pilates I-II P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II P	09:30-10:30 Pilates I P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II Z
10:30-11:30 Aktiv Ü70 I-II P		10:45-11:45 Pilates I-II P/Z	10:10-11:10 Tanz / Pilates P	
11:45-12:45 Pilates I P				
17:00-18:00 Pilates I P		17:00-18:00 Faszientraining P/Z		
18:15-19:15 Faszienpilates P/Z	18:00-19:00 Pilates I P	18:00-19:00 Pilates I-II P	18:00-19:30 Yoga I P	
19:30-20:30 Pilates I-II P/Z	19:15-20:15 Pilates II P/Z			
Das Studio ist in der Zeit vom 28.07. - 01.08.25 geschlossen!!				
Mo 04.08.	Di 05.08.	Mi 06.08.	Do 07.08.	Fr 08.08.
	09:00-10:00 Pilates I-II P	09:30-10:30 Pilates I P	09:00-10:00 Pilates I-II P/Z	
		10:45-11:45 Pilates I-II P	10:10-11:10 Tanz / Pilates P	
		17:00-18:00 Faszientraining P/Z		
	18:00-19:00 Pilates I P	18:00-19:00 Pilates I-II P	18:00-19:30 Yoga I P	
	19:15-20:15 Pilates II P/Z			
Mo 11.08.	Di 12.08.	Mi 13.08.	Do 14.08.	Fr 15.08.
09:15-10:15 Pilates I-II P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II P	09:30-10:30 Pilates I P	09:00-10:00 Pilates I-II P/Z	
10:30-11:30 Aktiv Ü70 I-II P		10:45-11:45 Pilates I-II P	10:10-11:10 Tanz / Pilates P	
11:45-12:45 Pilates I P				
17:00-18:00 Pilates I P				
18:15-19:15 Faszienpilates P/Z	18:00-19:00 Pilates I P		18:00-19:30 Yoga I P	
19:30-20:30 Pilates I-II P/Z	19:15-20:15 Pilates II P/Z			
Mo 18.08.	Di 19.08.	Mi 20.08.	Do 21.08.	Fr 22.08.
09:15-10:15 Pilates I-II P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II P	09:30-10:30 Pilates I P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II P/Z	09:00-10:00 Pilates I-II Z
10:30-11:30 Aktiv Ü70 I-II P		10:45-11:45 Pilates I-II P/Z	10:10-11:10 Tanz / Pilates P	
17:00-18:00 Pilates I P		17:00-18:00 Faszientraining P/Z		
18:15-19:15 Faszienpilates P/Z	18:00-19:00 Pilates I P	18:00-19:00 Pilates I-II P	18:00-19:30 Yoga I P	
19:30-20:30 Pilates I-II P/Z	19:15-20:15 Pilates II P/Z			
Ab Mo 25.08.25 finden alle Stunden wieder nach regulärem Plan statt!!				