**2. Quartal 2021**

**Kleinkinderturnen**

Mittwoch 09.00h – 09.45h

 09.50h – 10. 35h

Donnerstag / Freitag : 08.40 - 09.25h

 09.30 - 10.15h

 10.20 - 11.05h

 11.10 - 11.55 h

**Rückbildungsgymnastik**

Mittwoch 10.45 - 11.35 h   mit oder ohne Baby für Alle

Mittwoch 14.00 - 14.50 h  mit oder ohne Baby für Alle

Donnerstag 12.10 - 13.00h\*  mit oder ohne Baby Mama-Baby-Turnen ab ca 3Mt\*

Donnerstag 20.10 - 21.00h ohne Baby\*

**Power-Yoga mit Pilates Mat**

Mittwoch     08.00 - 08.50 h
Donnerstag 12.10 - 13.00 h\* (mit /ohne Baby)
Donnerstag 17.10 - 18.00 h

Donnerstag 18.10 - 19.00 h

Donnerstag 19.10 - 20.00 h
Donnerstag 20.10 - 21.00 h\*

**Yoga für Schwangere** mit Pilates Gymnastik

Schwangerschaftsgymnastik mit Yoga und Pilates,
ab ca 16.SSW    solange es gut tut

Freitag         12.10 - 13.00h

**Mittwoch-Termine**:

05.05. / 19.05 ./ 26.05./ 09.06. / 16.06. / 23.06. / 30.06.

**Donnerstag-Termine**

06.05. / 20.05. / 27.05. / 10.06. / 17.06. / 24.06. / 01.07.

**Freitag-Termine**

07.05. / 21.05. / 28.05. / 11.06. / 18.06. / 25.06. / 02.07.

**Feiertagsbrücken** jeweils von Mittwoch bis Sonntag (Auffahrt/Fronleichnahm)
**Spezialprogramm** bei Interesse : Mittwoch, 12. Mai /