

GLÜCKSMAMA®

FÜR AKTIVE MÜTTER & GLÜCKLICHE BABYS

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2	Kursraum 1	Kursraum 2
9:30-10:30 Uhr	9:30-10:30 Uhr	9:30-10:30 Uhr	10:00-11:15 Uhr	9:30-10:30 Uhr		9:30-10:30 Uhr	9:30-10:30 Uhr		
Rückbildung	Babymassage	Rückbildung	Pikler Mini (Babys 3-6 Monate)	Rückbildung ab 25.09.19		Rückbildung	Spielzeit (Babys 3-6 Monate) ab 05.09.		
11:00-12:00 Uhr	11:00-12:00 Uhr	11:00-12:00 Uhr	11:45-13:00 Uhr	11:00-12:00 Uhr		11:00-12:00 Uhr	11:00-12:00 Uhr		
Bodyshape mit Baby	Babymassage	Bodyshape Baby	Pikler Maxi (Babys 7-12 Monate)	Babybauch Vital		Bodyshape mit Baby	Spielzeit (Babys 6-12 Monate) ab 05.09.		
12:30-13:30 Uhr		12:30-13:30 Uhr							
Rückbildung		Rückbildung ab 27.08.19							
						13:45-14:45 Uhr			
						Bodyshape mit Baby			
16:00-16:30 Uhr		15:45-16:15 Uhr	15:45-16:30 Uhr	15:30-16:15 Uhr	15:35-16:05 Uhr				
Moderner KinderTanz 2-3 Jahre		Moderner KinderTanz 2-3 Jahre ab 20.08.	KinderYoga 3-5 Jahre ab 13.08.	Moderner KinderTanz 3-5 Jahre	Bodyshape Express ab 14.08.				
16:45-17:30 Uhr		16:30-17:30 Uhr	16:45-17:30 Uhr	16:30-17:15 Uhr	16:35-17:05 Uhr	16:45-17:30 Uhr			
Moderner KinderTanz 3-5 Jahre ab 19.08.		MusicalDance 6-9 Jahre ab 20.08.	KinderYoga 6-9 Jahre ab 13.08.	Moderner KinderTanz 3-5 Jahre	Bodyshape Express 12.09.	PréBallett 4-5 Jahre			
17:45-18:30 Uhr		17:45-18:45 Uhr		17:30-18:30 Uhr		17:45-18:30 Uhr			
Moderner KinderTanz 3-5 Jahre ab 26.08.		Babybauch Vital		Hip Hop 6-9 Jahre		KinderBallett 6-9 Jahre			
18:45-19:45 Uhr	18:45-19:45 Uhr	19:30-20:45 Uhr	19:00-20:00 Uhr	18:45-19:45 Uhr		18:45-19:45 Uhr	18:45-19:45 Uhr	19:15-20:15 Uhr	
Modern Jazz ab 02.09.	Babybauch Vital bis 19.08.	Mindful Mama Soul Session	Yoga (für Anfänger) ab 03.09.	Babybauch Vital ab 28.08.		Babybauch Vital ab 05.09.	Pilates ab 05.09.	Dance + Prosecco (1x im Monat)	
20:00-21:00 Uhr				20:00-21:00 Uhr	20:00-21:00 Uhr	20:15-21:15 Uhr			
Rückbildung ab 26.08.				RückenWorkout ab 28.08.	Bodyshape ohne Baby (R. Bucht, bis Okt.)	Bodyshape ohne Baby (Parkaue, ab Okt. dann im Studio)			