

# Kurse im PrimaVita 2023

Zeit	Bewegungsraum 1	Bewegungsraum 2	Bewegungsraum 3
08:00			
09:00	Wirbelsäulengymnastik Schulter-Nacken Anke		
10:00	Fitte Füße - sicherer Stand (Yoga für die Füße) Anke		
11:00			
12:00		Pilates für Einsteiger mit Kind Andrea	
13:00			
14:00			
15:00		Eltern-Kind-Turnen I Babette	
16:00		Eltern-Kind-Turnen II Babette	
17:00		Eltern-Kind-Turnen III Babette	
18:00			
19:00			
20:00			