

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	Hatha Yoga 8.00-9.00 Uhr Agnes	sanftes Pilates 8.30-9.30 Uhr Nathalie			Workshops: jeweils 9-12 Uhr CHF 80.- nächster Termin: 31.05.25 Dein Bewegungsfluss entdecken mit dem fascia connector bei schönem Wetter Outdoor mit Nathalie	
Qi Gong 9.30-10.30 Uhr Nathalie	Golden Age Rehab. 9.15-10.15 Uhr Nathalie			Pilates Flow 9.00-10.00 Uhr Nathalie		
sanftes Pilates 10.45-11.45 Uhr Nathalie	NEU ab 29. April Herren Pilates 10.30-11.30 Uhr Nathalie Start ab 4 Anmeldungen			Pilates in English 10.15-11.15 Uhr Nathalie Start ab 4 Anmeldungen		
		Faszienpilates 12.30-13.30 Uhr Nathalie				
	Power Centering 70+ 14.45-15.45 Uhr Binningen		Golden Age 15-16 Uhr Nathalie			
sanftes Pilates 16.15-17.15 Uhr Basel						
Pilates Flow 17.30-18.30 Uhr Basel						
Power in Motion 18.15-19.15 Uhr Start ab 4 Anmeldungen	Power in Motion 18.15-19.15 Uhr Start ab 4 Anmeldungen		sanftes Pilates 18.15-19.15 Uhr Nathalie			
Pilates Flow 19.30-20.30 Uhr Nathalie	Achtsamkeit 19.30-20.30 Uhr findet ab 3 Anm. statt	Soft Hatha Yoga 19.30-20.45 Uhr Catalin	Tanz Improvisation 19.30-20.30 Uhr Nathalie NEU ab 8. Mai			

