

**KURSPLAN OnlineFlex-Ticket (17.02.2025 - 13.04.2025)**

<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>	<b>Samstag</b>	<b>Sonntag</b>
<b>08:15 - 08:45</b> <a href="#">Morning Mobility</a> mit Alessandra (in english)	<b>08:15 - 08:45</b> <a href="#">Morning Mobility</a> mit Maria	<b>08:15 - 08:45</b> <a href="#">Mindful morning</a> mit Annemarie	<b>08:15 - 08:45</b> <a href="#">Mindful morning</a> mit Annemarie	<b>08:15 - 08:45</b> <a href="#">Morning Mobility</a> mit Susi	<b>09:30 - 10:30</b> <a href="#">Yoga</a> mit Shila	
	<b>16:00 - 17:00</b> <a href="#">Pilates &amp; Flow</a> mit Inara			<b>16:00 - 17:30</b> <a href="#">Yoga</a> mit Satya		
	<b>17:00 - 18:00</b> <a href="#">Stretch &amp; Relax</a> mit Inara	<b>17:00 - 17:45</b> <a href="#">Achtsamkeit &amp; Meditation</a> mit Matthias				
<b>18:30 - 19:15</b> <a href="#">HIIT &amp; Core</a> mit Runa		<b>18:00 - 18:45</b> <a href="#">Pilates &amp; Power</a> mit Runa	<b>18:40 - 19:40</b> <a href="#">Dance Workout</a> mit Thomas	<b>17:45 - 18:30</b> <a href="#">HIIT &amp; Core</a> mit Elisa		
<b>19:30 - 20:15</b> <a href="#">Yoga</a> mit Aruna		<b>19:00 - 19:45</b> <a href="#">Mobility &amp; Stretch</a> mit Runa	<b>20:00 - 20:45</b> <a href="#">Rücken &amp; Flow</a> mit Annabell			<b>19:00 - 19:45</b> <a href="#">Dance Fitness</a> with Alessandra (in english)
			<b>20:50 - 21:35</b> <a href="#">Healthy sleeping routine</a> mit Annabell			