

Unser Programm

für die Feiertage

14.05.2026

Sauna geschlossen

10 - 11 Uhr

Yoga meets Pilates mit Cindy
Studio 1

11 - 12 Uhr

Pilates mit Cindy
Studio 1

17 - 18:30 Uhr

Yoga-Special
„Learn to fly“ (Dynamischer
Vinyasa-Flow) mit Maren
Studio 1

19 - 20 Uhr

Jumping meets Intervall
mit Tanja
Werner-Schröder-Halle

20 - 21 Uhr

Fit Fight mit Tanja
Werner-Schröder-Halle

15.05.2026

Sauna 10 - 20 Uhr

Programm nach Homepage

24.05.2026

Sauna geschlossen

10:30 - 11:30 Uhr

Power Yoga mit Sabine
Studio 1

11:35 - 12:35 Uhr

Basic Vinyasa Flow mit Sabine
Studio 1

18 - 19:30 Uhr

Vinyasa Flow + Rest
mit Maren
Studio 1

25.05.2026

Sauna 10 - 18 Uhr

10 - 11 Uhr

Vinyasa Flow - Pfingstyoga für
Herz + Geist mit Anja M.
Studio 1

11 - 12 Uhr

YinYoga - Breath and
Let Go mit Anja M.
Studio 1

17:30 - 18:30 Uhr

Vinyasa Flow mit Gabi
Studio 1

18:30 - 20 Uhr

Slow Flow mit Gabi
Studio 1

10 - 11 Uhr

Yoga 50+ mit Monika
Studio 2

11 - 12 Uhr

Qigong mit Zsuzsanna
Studio 2

18:35 - 20:05 Uhr

Kudalini Yoga mit Regina
Studio 2

