*Online-Kursplan** *gültig ab 22.02.2021*

PHYSIOTHERAPHIE, YOGA & PILATES
ANIANA KOSA
PRIVATPRAXIS

Anmeldung über die Homepage-Kursverwaltung oder über Telefon / Email bei Aniana Kósa.
Der Einstieg in alle Kurse ist jederzeit möglich.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		9:30 Uhr —10:30 Uhr **Pilates Rücken** Aniana			
	16:40 Uhr – 17:40 Uhr **Pilates Teens** Christin	10:00 Uhr – 11:00 Uhr **„Bewegung ist Medizin 60+“** Anja			
	19:00 Uhr – 20:00 Uhr **Pilates** Aniana	19:00 Uhr – 20:30 Uhr **Kundalini Yoga** Aniana	19:00 Uhr – 20:30 Uhr **Hatha Yoga** Sarah	19:00 Uhr – 20:00 Uhr **Body-Forming** Anja	
20:00 Uhr – 21:00 Uhr **Faszien Yoga** Aniana	19:00 Uhr – 20:30 Uhr **Wirbelsäulengymnastik** Zlatka				

***angepasst an die CoronoSchVo NRW**