

Workshops in der TS 79

Februar - April 2018

Weitere
Informationen
am Infopoint und
am Empfang.



Sa, 17.2.18
10 – 12 Uhr

Yoga – Pilates für den Rücken
Loft • Tatjana Zubiks

Sa, 17.2.18
14 – 15.30 Uhr

Dancefeeling
Salon • Barbara Beste

Fr, 2. + 9. + 16.3.18
19.30 – 21 Uhr

Yin Yoga - Loslassen lernen
Loft • Barbara Lotz /
Ute Kirchgässner



Sa + So, 3. + 4.3.18
13 - 15 Uhr

Nordic Walking (Anfänger)
Parkplatz Kombibad Paffrath
Barbara Beste

Sa, 17.3.18
10 – 12 Uhr

Faszientraining trifft Pilates
Loft • Tamara Sprinz

Sa 21.4.18
10 – 12 Uhr

Feldenkrais – freie Arme und Hände
Loft • Heike Schuler



Sa 21.4.18
14 – 15.30 Uhr

Dancefeeling
Aerobicraum • Barbara Beste