

## Kurse bei MOVIDA Physiotherapie ab Juli 2023

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:00-9:00	Yoga Onlinekurs mit Stephi				
09:00-10:00	Yoga mit Marion				
10:15-11:15		*Yoga auf dem Stuhl mit July			
18:00-19:00	Functional Training mit Theresa ab September	Sling Training & Bungee Fitness mit Anni	18:30-19:30 Body Balance Onlinekurs mit Julia	Yoga mit Sandra	
19:00-20:00		Yoga Onlinekurs mit Stephi		Zumba mit Ewelina	

\* findet im Seniorenzentrum in der Pulsstraße statt!