



Kursangebot Wochenplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		08.00 h - 09.00 h		
08.45 h - 09.45 h Senioren-Gymnastik	08.45 h - 09.45 h Frauen-Gymnastik	Frauen-Gymnastik	09.00 h - 10.00 h	
		09.15 h - 10.10 h	Tanz	
10.00 h - 11.00 h Frauen-Gymnastik	10.00 h - 11.00 h Chan Mi Qi Gong	Frauen-Gymnastik		
		10.20 h - 11.20 h Frauen-Gymnastik		
12.00 h - 12.45 h Wudang Qi Gong	12.00 h - 12.45 h Wudang Qi Gong	12.00 h - 12.45 h 6-Hände Qi Gong	12.00 h - 12.45 h Chan Mi Qi Gong	
	16.15 h - 17.15 h Chan Mi Qi Gong			
	17.30 h - 18.45 h 6-Hände Qi Gong	18.00 h - 19.00 h Männer-Gymnastik	17.45 h - 18.45 h 6-Hände Qi Gong	
18.45 h - 19.45 h Frauen-Gymnastik	19.00 h - 20.00 h		19.00 h - 20.00 h	19.00 h - 20.00 h
	Tanz	19.30h - 20.45h Wudang QiGong	Tanz	Tanz