

Spirit and Sport

Im Winkel 5, 31559 Hohnhorst

Telefon: 0174 - 7899336

info@spiritandsport.de

TriloChi®, Pilates, Yoga & alle Kurse im Überblick in der unten stehenden Tabelle

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	08:15 - 09:15 Uhr ChiYoga mit Kerstin		08:15 - 09:30 Uhr ChiYoga mit Kerstin		
		10:30-11:30 Uhr TriloChi® mit Kerstin		09:00 - 10:30 Uhr TriloChi® "Im Fluss der Zeit" mit Kerstin	Specials und Workshops finden Sie auf der Homepage
18:30 - 19:45 Uhr TriloChi® mit Weiyi		1x im Monat (siehe aktuelle Hinweise) Meditation mit Monika	18:45 - 19:45 Uhr TriloChi® mit Kerstin		Wohlwagen Im Winkel 5 31559 Hohnhorst / Ohndorf
	20:00 - 21:00 Uhr 3/4 Dance & Rückenfitness mit Kerstin	19:45 - 20:45 Uhr ChiYoga "Männerzeit" mit Kerstin	20:00 - 21:15 Uhr ChiYoga mit Kerstin		Änderungen vorbehalten, die Kurse fangen ab 3 Personen an