

NEWSLETTER Dezember 2022

Das Team von balance wünscht
frohe Weihnachten und einen gesunden
Start ins Jahr 2023



Wir freuen uns über unsere
BALANCE BABYS 2022



KURSÜBERSICHT 1. Halbjahr 2023

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
9.00 10.00 11.00 BABYS ENTDECKUNGSREISE	9.00 - 10.00 RÜCKBILDUNGS GYMNASTIK	9.00 11.00 KRABBEL KIDS	9.00 10.00 11.00 BABYS ENTDECKUNGSREISE	9.00 - 18.00 FORTBILDUNGSANGEBOTE	9.00 - 18.00 FORTBILDUNGSANGEBOTE
9.00 - 9.45 TURN KIDS 1-2 JAHRE	9.30 - 10.30 HULA HOOP FITNESS	9.00 - 11.15 2X MAMA'S WORKOUT	9.00 - 10.00 RÜCKBILDUNGS GYMNASTIK		
10.00 11.00 KRABBEL KIDS	10.15 - 11.00 ZUMBINI TANZ 0-2 JAHRE	10.00 - 10.45 TURN KIDS 1-2 JAHRE	10.15 - 11.15 BABYMASSAGE BABY YOGA		10.00 - 12.00 STARK! AUCH OHNE MUCKIS 6-10 JAHRE
14.00 - 16.15 PSYCHOMOTORIK	11.15 - 12.00 WACKELWIPPEN 1,5-3 JAHRE	11.30 - 12.55 RÜCKBILDUNGS GYMNASTIK	10.15 - 12.15 BEIKOST - WIE GEHT DAS MIT DEM BREI?		10.00 - 16.00 KOMPAKTKURS GEBURTSPREBEREITUNG
16.30 - 17.15 FUSS GYMNASTIK ALLES FÜR DIE FÜSSE	11.00 - 11.45 SITZ GYMNASTIK	15.00 - 15.45 TURN KIDS 1-2 JAHRE	10.30 - 12.00 DAS WICKELTISCH 1 x 1		
16.30 - 18.00 ATTENTIONER	15.30 - 16.30 PSYCHOMOTORIK	16.00 - 18.00 TURN KIDS 2,5-6 JAHRE	14.00 - 15.00 PSYCHOMOTORIK KINDERTURNEN 4-6 JAHRE		
18.00 - 20.00 GEBURTSPREBEREITUNG	16.00 - 17.30 EST/ STIFFÜHRERSCHIEBEN	16.15 - 17.00 SITZ-GYMNASTIK	15.15 - 16.45 VORSCHULDEDEKTIVE	16.30 - 17.30 HAPPY BAUCH SCHWANGEREN WORKOUT	
19.00 - 20.15 YOGA LEVEL 2 HATHA & VINYASA	16.45 - 18.15 STARK FÜR KIDS 11-14 JAHRE	18.15 - 19.15 DIE NEUE RÜCKENSCHULE	16.30 - 18.15 RELAX KIDS 5-11 JAHRE	16.30 - 18.30 STARK! AUCH OHNE MUCKIS 6-10 JAHRE	
20.15 - 21.15 RÜCKBILDUNGS GYMNASTIK	18.30 - 20.00 PUPERTÄTSKOMPASS AB 15 JAHRE	18.45 - 20.00 AYURVEDA, BREATHWORK UND MEDITATION	17.00 - 18.45 YOGA KIDS + TEENS 7-12 JAHRE		
20.00 - 21.00 (IM TZ) PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG	18.30 - 19.45 TAIJI + QIGONG	17.30 - 20.15 YOGA LEVEL 1+2 STRETCH & RELAX	17.30 - 18.30 HAPPY BAUCH SCHWANGEREN WORKOUT		