



ONLINE - Special - Kursangebot ab

23.11.2020

WINTER 2020



Hockenheim
medisports

PILATES, YOGA UND MEHR

MIT DANNY UND MISHELL



YOGA MIT INES

RÜCKENFIT – FOKUS BECKENBODEN

MIT GABI UND DANNY

Alle Kurse finden vorerst Online via ZOOM statt;
Präsenzkurse im Yoga und Pilates-Studio (Ottostraße 41) werden je nach
Richtlinien separat bekannt gegeben.



Bitte Sonderregelungen während Corona-Zeit beachten!

Einzelstunde nach vorheriger Anmeldung: 12,50 €
10 er Kurskarte : 120,00 €
(Alte Kurskarten können auch gerne „abgeturnt“ werden 😊)

Den „Energieausgleich“ bitte in einem Umschlag, mit Namen versehen, in
unserer Praxis abgeben/einwerfen, oder via Überweisung auf unser Kurskonto
DE86 5479 0000 0037 0761 20 (BIC: GENODE61SPE, Volksbank)



Praxis:
medisports Hockenheim
Luisenstrasse 1
68766 Hockenheim



BEACHTE:

YOGA mit Ines ist **NUR** via ZOOM mit einem separaten ZOOM-Link möglich
Anmeldung ebenfalls über mich (siehe unten)
(Bezahlung über allgemeine 10 er Kurs-Karte)



Für NEULINGE und weitere Infos:



06205 – 255 82 46 oder
dajohn@medisports-hockenheim.de



Mo	23.11.20	Ines	08:30	Yoga morning Flow
Mo	23.11.20	Ines	19:00	Yoga für alle
Di	24.11.20	Gabi	10:00	Rückenfit Focus Beckenboden
Mi	25.11.20	Danny	18:45	Pilates meets Yoga
Sa	28.11.20	Mischell	10:00	Pilates mit Tennis-/Igelball
Mo	30.11.20	Ines	08:30	Yoga morning Flow
Mo	30.11.20	Ines	19:00	Yoga für alle
Di	01.12.20	Gabi oder Danny	10:00	Rückenfit / Beckenboden
Mi	02.12.20	Danny	18:45	Pilates meets Yoga
Sa	05.12.20	Mischell	10:00	Pilates Fokus Beine
Mo	07.12.20	Ines	08:30	Yoga morning Flow
Mo	07.12.20	Ines	19:00	Yoga für alle
Di	08.12.20	Gabi oder Danny	10:00	Rückenfit / Beckenboden
Mi	09.12.20	Danny	18:45	Pilates meets Yoga
Sa	12.12.20	Mischell	10:00	Pilates - starke Arme
Mo	14.12.20	Ines	08:30	Yoga morning Flow
Mo	14.11.20	Ines	19:00	Yoga für alle
Di	15.12.20	Gabi oder Danny	10:00	Rückenfit /Beckenboden
Mi	16.12.20	Danny	18:45	Pilates meets Yoga
Sa	19.12.20	Mischell	10:00	Pilates „Core“-Bauch und Beckenboden
Mo	21.12.20	Ines	08:30	Yoga morning Flow
Mo	21.12.20	Ines	19:00	Yoga für alle
Mi	23.12.20	Mischell	18:45	Pilates mit Tennis- Igelball
Sa	26.12.20	Mischell oder Danny	10:00	 Surprise  
Mo	28.12.20	Ines	08:30	Yoga morning Flow
Mo	28.12.20	Ines	19:00	Yoga für alle
Mi	30.12.20	Mischell oder Danny	18.45	 Goodbye 2020
Sa	02.01.20	Mischell oder Danny	10:00	 Welcome 2021

