

QIGONG

(bezuschusster Präventionskurs)
10 x 60 min 120,-€

Dienstag Freudental

24.01.2023 Bürgerhaus 10.15 Uhr

Dienstag Sachsenheim

24.01.2023 Kulturhaus 18.15 Uhr

Mittwoch Bissingen

01.03.2023 Vitalzentrum im Wiesental 9.30 Uhr 8 x 75 min

Taiji 11.00 Uhr 8 x 60 min

Sören Philipzik www.qigong-ist-leben.de

Mittwoch Vaihingen an der Enz

01.02.2023 Die Schmiede am Turm 10:30 Uhr

Donnerstag Sachsenheim

18.30 Uhr Kulturhaus

10 x 60 min 19.01.2023

Donnerstag Vaihingen an der Enz

02.03.2023 Die Schmiede am Turm 17.30 Uhr

8 x 75 min Sören Philipzik

www.qigong-ist-leben.de

PILATES

10 x 60 min 100,-€

Mittwoch Bietigheim

18.01.2023 Caritas 18.00 Uhr

Donnerstag Sachsenheim

19.01.2023 Kulturhaus 19.35 Uhr

Freitag Hohenhaslach

20.01.2023 Sportheim 9.30 Uhr

REHASPORT

vom Arzt verordnet von der Kasse bezahlt
Übungseinheit 45 min

Freitag Hohenhaslach

10.45 Uhr im Sportheim

Start: 13.01.2023

Dienstag Sachsenheim

17.30 Uhr Kulturhaus

Start: 17.01.2023

Dienstag Freudental

9.00 Uhr im Bürgerhaus

Start: 17.01.2023

Montag Freudental

19.30 Uhr Neue Sporthalle

Start: 16.01.2023

YIN YOGA

8 x 75min/ Kleingruppe/ 120,-€

Montag Hohenhaslach

23.01.2023 Untere Au 9.00 Uhr

Mittwoch Hohenhaslach

25.01.2023 Untere Au 19.30 Uhr

Mittwoch 8.45 Uhr

Online: <https://compleet.fit/yoga/>