

Kursplan 2025 Tripada-Rhede



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Vormittags	9:00 - 10:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 min Christina	9:00 - 10:30 Uhr Tripada Yoga Basic 90 min Thekla	9:30 - 10:45 Qi Gong 75 min Sabine Externer Kurs	9:30 - 10:30 Pilates 60 min Melanie		
Nachmittags						
	17.30 - 19:00 Uhr Tripada Yoga Basic 90 min Alica	17:30 - 19:00 Uhr Tripada Yoga Basic Plus 90 min Thekla	17:30 - 19:00 Uhr Tripada Yoga Basic 90 min Danuzza	18:30 - 19:30 Uhr Pilates 60 min Nicole		
	19:15 - 20:45 Stressbewältigung 90 min Miriam	19:15 - 20:45 Tripada Yoga Mediate 90 min Thekla	19:15 - 20:45 Uhr Tripada Yoga Basic 90 min Danuzza			