

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>Yoga Flow 8.00-9.15 Uhr Start ab 4 Anmeldungen</p>	<p>Hatha Yoga 8.00-9.00 Uhr Start ab 4 Anmeldungen</p>	<p>sanftes Pilates 8.30-9.30 Uhr mit Nathalie</p>		<p>Pilates Flow 9.00-10.00 Uhr Nathalie</p>	<p><b>Workshops:</b> jeweils 9-12 Uhr CHF 80.- nächster Termin: <b>22.02.25</b> Yoga&amp;Klang / Catalin Selbstwahrnehmung und Fürsorge</p>	
<p>Qi Gong 9.30-10.30 Uhr Nathalie</p>	<p>Golden Age 9.15-10.15 Uhr Nathalie</p>			<p>Bewegungs-Atelier 10.15-11.15 Uhr Start ab 4 Anmeldungen</p>		
<p>sanftes Pilates 10.45-11.45 Uhr Nathalie</p>	<p>Achtsamkeit 10.30-11.30 Uhr Christoph &amp; Nathalie</p>	<p>Faszienpilates 12.30-13.30 Uhr Nathalie</p>				
	<p>Power Centering 70+ 14.45-15.45 Uhr Binningen</p>		<p>Golden Age 15-16 Uhr Nathalie</p>			
<p>sanftes Pilates 16.15-17.15 Uhr Basel</p>						
<p>Pilates Flow 17.30-18.30 Uhr Basel</p>			<p>Hatha Yoga 17-18 Uhr Agnes</p>			
<p>Power in Motion 18.15-19.15 Uhr Start ab 4 Anmeldungen</p>	<p>Power in Motion 18.15-19.15 Uhr Start ab 4 Anmeldungen</p>		<p>sanftes Pilates 18.15-19.15 Uhr Nathalie</p>	<p><b>Workshops:</b> jeweils 18-21 Uhr CHF 80.- nächster Termin: <b>24.01.25</b> Achtsamkeit / Nathalie Stretching und Atem in Bewegung</p>		
<p>Pilates Flow 19.30-20.30 Uhr Nathalie</p>	<p>Achtsamkeit 19.30-20.30 Uhr Annette</p>	<p>Soft Yoga 19.30-20.45 Uhr Start ab 4 Anmeldungen</p>				

