Belegungsplan Dojo am Markt · Meditationsraum, Woche ab 26.10.2026

Montag 26.10.	Dienstag 27.10.	Mittwoch 28.10.	Donnerstag 29.10.	Freitag 30.10.	Samstag 31.10.	Sonntag 01.11.
16:00–17:30 Functional Training alle Stufen **17:45–19:15** Pilates alle Stufen — Technik	**16:00–17:30** Krafttraining Fortgeschrittene am Morgen **17:45–19:15** Qigong Einsteiger — offenes Training	**16:00–17:30** Bauch-Beine-Po Fortgeschrittene **17:45–19:15** Meditation Fortgeschrittene — Technik	**16:00–17:30** Stretching Fortgeschrittene **17:45–19:15** Vinyasa-Yoga alle Stufen	**16:00–17:30** Bodyweight-Training Mittelstufe **17:45–19:15** Ballett alle Stufen am Morgen		**10:00–11:30** Tango Argentino Einsteiger am Abend