Belegungsplan Dojo am Markt · Meditationsraum, Woche ab 23.11.2026

Montag 23.11.	Dienstag 24.11.	Mittwoch 25.11.	Donnerstag 26.11.	Freitag 27.11.	Samstag 28.11.	Sonntag 29.11.
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