Belegungsplan Dojo am Markt · Meditationsraum, Woche ab 21.12.2026

Montag 21.12.	Dienstag 22.12.	Mittwoch 23.12.	Donnerstag 24.12.	Freitag 25.12.	Samstag 26.12.	Sonntag 27.12.
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				