Belegungsplan Dojo am Markt · Meditationsraum, Woche ab 04.01.2027

Montag 04.01.	Dienstag 05.01.	Mittwoch 06.01.	Donnerstag 07.01.	Freitag 08.01.	Samstag 09.01.	Sonntag 10.01.
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