Stundenplan Dojo am Markt, Vorlesungsfreie Zeit Winter 2027

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16:00–17:30 Krafttraining alle Stufen – offenes Training Mattenhalle (Mattenfläche 1) 6× vom 15.02. bis 22.03.2027 **16:00–17:30** Mobility alle Stufen am Abend Mattenhalle (Mattenfläche 2) 5× vom 15.02. bis 22.03.2027 **16:00–17:30** Functional Training Fortgeschrittene Meditationsraum 5× vom 15.02. bis 22.03.2027	**16:00–17:30** Faszientraining alle Stufen Mattenhalle (Mattenfläche 1) 02.03.2027 **16:00–17:30** Bodyweight-Training Fortgeschrittene Meditationsraum 7× vom 16.02. bis 30.03.2027	**16:00–17:30** Tai Chi Mittelstufe – offenes Training Mattenhalle (Mattenfläche 1) 7× vom 17.02. bis 31.03.2027	**16:00–17:30** Geräteturnen Fortgeschrittene – offenes Training Meditationsraum 7× vom 18.02. bis 01.04.2027	**16:00–17:30** Pilates alle Stufen – Technik Mattenhalle (Mattenfläche 1) 6× vom 19.02. bis 02.04.2027	**10:00–11:30** Selbstverteidigung Fortgeschrittene – offenes Training Mattenhalle (Mattenfläche 1) 2× vom 27.02. bis 06.03.2027 **10:00–11:30** Bachata Einsteiger Mattenhalle (Mattenfläche 2) 2× vom 06.03. bis 13.03.2027 **10:00–11:30** Judo Mittelstufe – offenes Training Meditationsraum 2× vom 13.03. bis 20.03.2027	**10:00–11:30** Selbstverteidigung Fortgeschrittene – offenes Training Mattenhalle (Mattenfläche 1) 2× vom 28.02. bis 07.03.2027 **10:00–11:30** Bachata Einsteiger Mattenhalle (Mattenfläche 2) 2× vom 07.03. bis 14.03.2027 **10:00–11:30** Judo Mittelstufe – offenes Training Meditationsraum 2× vom 14.03. bis 21.03.2027