



SCHAFFST DU: EINE GUTE-GEFÜHLE-ROUTINE ☺



MO

DI

MI

DO

FR

SA

SO

		<input type="checkbox"/> 20 Minuten Short & Sweet- Workout mit Nina ⁰¹	<input type="checkbox"/> 15 Minuten Open your heart Flow mit Anna-Lena ⁰²	<input type="checkbox"/> 60 Minuten Fließendes Pilates mit Katharina ⁰³	<input type="checkbox"/> LIVE 25 Minuten Dance-Workout mit Lisa um 9 Uhr ⁰⁴	<input type="checkbox"/> LIVE 60 Minuten Good Intention- Yoga mit Karolina um 20 Uhr ⁰⁵
<input type="checkbox"/> 29 Minuten „Mental Stabily“- Yoga mit Annika ⁰⁶	<input type="checkbox"/> 60 Minuten Yin-Yoga mit Anne um 20 Uhr LIVE ⁰⁷	<input type="checkbox"/> 19 Minuten Restorative Yoga mit Laura ⁰⁸	<input type="checkbox"/> 15 Minuten Rise & Shine Flow mit Anna-Lena ⁰⁹	<input type="checkbox"/> 15 Minuten Schlaf-Schön- Sound Bath mit Steffi ¹⁰	<input type="checkbox"/> LIVE 25 Minuten Good-Mood- Workout mit Meike um 9 Uhr ¹¹	<input type="checkbox"/> 20 Minuten Morningyoga mit Joyce ¹²
<input type="checkbox"/> 15 Minuten Wake-up-Yoga mit Anna ¹³	<input type="checkbox"/> 60 Minuten Shake the Dust mit Agnes um 20 Uhr LIVE ¹⁴	<input type="checkbox"/> 15 Minuten Body & Core mit Lisa ¹⁵	<input type="checkbox"/> 25 Minuten Perioden & PMS-Stretch mit Meike ¹⁶	<input type="checkbox"/> 30 Minuten Reiki + Meditation mit Laura ¹⁷	<input type="checkbox"/> LIVE 25 Minuten Muskelaufbau- Routine für Anfänger mit Meike ¹⁸	<input type="checkbox"/> OhhhMhhh Dayretreat LIVE ¹⁹
<input type="checkbox"/> 15 Minuten Spicy-Sidelines mit Anna-Lena ²⁰	<input type="checkbox"/> 60 Minuten Yin-Yoga mit Agnes um 20 Uhr LIVE ²¹	<input type="checkbox"/> 15 Minuten Disco-Yoga mit Laura ²²	<input type="checkbox"/> 30 Minuten Deep-Dive- Soundbath mit Steffi ²³	<input type="checkbox"/> 60 Minuten Yin Yoga fürs Immunsystem mit Anne ²⁴	<input type="checkbox"/> LIVE 25 Minuten „Immer-und-überall“ Workout im Stehen mit Meike um 9 Uhr ²⁵	<input type="checkbox"/> 60 Minuten Pelvic Floor Love mit Juliana ²⁶
<input type="checkbox"/> 17 Minuten „Morning Quickie“- Yoga mit Annika ²⁷	<input type="checkbox"/> 60 Minuten Yin-Yoga mit Agnes um 20 Uhr LIVE ²⁸	<input type="checkbox"/> 10 Minuten Morgenmeditation mit Nina ²⁹	<input type="checkbox"/> 15 Minuten Core & Leg Burn mit Lisa ³⁰	<input type="checkbox"/> 20 Minuten Roots Yoga mit Agnes ³¹		

