

SONNTAG	01.01.	
MONTAG	02.01.	Find Your Flow Yoga
DIENSTAG	03.01.	20 Uhr Live-YinYoga mit Agnes
MITTWOCH	04.01.	Arme & Schultern Workout
DONNERSTAG	05.01.	19 Uhr Live „FitFight“ Powerworkout mit Natalie
FREITAG	06.01.	Yoga Conditioning
SAMSTAG	07.01.	9 Uhr Live-Workout mit Sara Lyn
SONNTAG	08.01.	
MONTAG	09.01.	Dancing Yolates
DIENSTAG	10.01.	20 Uhr Live-YinYoga mit Agnes
MITTWOCH	11.01.	Schulter-Nacken Workout
DONNERSTAG	12.01.	19 Uhr Live-Pilates mit Katharina
FREITAG	13.01.	Faszienworkout
SAMSTAG	14.01.	9 Uhr Live-Workout mit Meike
SONNTAG	15.01.	
MONTAG	16.01.	Sanftes Rückenworkout
DIENSTAG	17.01.	20 Uhr Live-YinYoga mit Agnes
MITTWOCH	18.01.	Yoga-Conditioning
DONNERSTAG	19.01.	19 Uhr Live „FitFight“ Powerworkout mit Natalie
FREITAG	20.01.	Face Yoga
SAMSTAG	21.01.	9 Uhr Live-Workout mit Meike
SONNTAG	22.01.	
MONTAG	23.01.	Cardio & Mobility
DIENSTAG	24.01.	20 Uhr Live-YinYoga mit Agnes
MITTWOCH	25.01.	Beine & Po Workout
DONNERSTAG	26.01.	19 Uhr Live-Pilates mit Katharina
FREITAG	27.01.	Yoga Workout
SAMSTAG	28.01.	9 Uhr Live-Workout mit Meike
SONNTAG	29.01.	
MONTAG	30.01.	Stability is key Workout
DIENSTAG	31.01.	20 Uhr Live-YinYoga mit Agnes