



UNSER KURSPLAN - Bitte meldet euch immer vorher bei uns an!



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
9.00 / 10.00 Uhr	10.00-12.00 Uhr Rückbildung für Sternenkindmamas am Ku'damm Josefine Nowak 0176-220 51 551	9.15 - 10.30 Uhr Rückbildungsgymnastik mit Baby Josefine Nowak 0176-220 51 551		9:15 - 10.30Uhr Rückbildung intensiv mit Baby Christine Letzig 030 - 55 49 22 29	9.15 - 10.30 Uhr Rückbildungsgymnastik mit Baby Josefine Nowak 0176-220 51 551	10.00-17.00Uhr Sa+So Wochenend Geburtsvorbereitung mit Partner:innen
11.00 / 12.00 Uhr		11.00-12.15 Uhr Rückbildung intensiv mit Baby Christine Letzig 030 - 55 49 22 29		11.00-12:00 Uhr Wiki - Sport mit Baby Jennifer Nothing 0176-800 864 07	11.00- 12.00 Uhr Vocal Classes Chor für Schwangere & Mamas mit Babys Anja Kullmann-Halupka 0176-32 39 45 53	mit Kathrin Lojewskie 0172-42 52 867
			16.00 - 16:40 Uhr Kreativer Kindertanz 4-5 Jährige 16:50-17:30 Uhr Tanzakrobatik 4-5 Jährige 17:40-18:30 Uhr Kinderakrobatik			11.00-18.00Uhr Sa+So Birth Preparation Class Weekend with partner with Simon Mülling 0151-51 91 22 07 https:// muelling.hebamio.de/ kursliste
15.00 / 16.00 Uhr	15.00 - 15.45 Uhr 16.00 - 16:45 Uhr 17.00 - 17.45 Uhr little music makers für 1- 4Jährige mit Antje/ Johnny 030 - 29 03 09 59				15.00 - 15.45 Uhr 16.00 - 16:45 Uhr 17.00 - 17.45 Uhr little music makers für 1-4Jährige mit Antje/Johnny 030 - 29 03 09 59	
18.00 Uhr	18.15 - 19.45 Uhr Schwangerenyoga Anja Ribbe 0171 - 81 37 262	1	ab 5 Jahren Nadine Hoffmann 0176-73883159 www.lostanzen.de		www.littlemusicmakers.de	
19.00 / 20.00 Uhr	20.00 - 21.30 Uhr Kundaliniyoga für Frauen Anja Ribbe 0171 - 81 37 262 www.anjuri.de	20.00 - 22.00 Uhr Birth Preparation Class with partner Simon Mülling 0151-51 91 22 07 muelling.hebamio.de/kursliste	19.00-20.00 Uhr Yogalates & Wiki - Sport mit Baby (zert.) Jennifer Nothing 0176 - 80 08 64 07	18:30 - 21:15 Uhr 5 Abende Geburtsvorbereitung Kathrin Lojewskie 0172-42 52 867		Alle Starttermine findet ihr auf unserer Webseite